

T.C.  
İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ  
DOKTORA SINAV TUTANAĞI

22/07/2016

Enstitümüz Psikoloji-Klinik Psikoloji Doktora programı öğrencilerinden **115601112** numaralı **Zeynep SET** "*İstanbul Arel Üniversitesi Lisansüstü Eğitim - Öğretim ve Sınav Yönetmeliği*"nin ilgili maddesine göre hazırlayarak, Enstitümüze teslim ettiği "**Lezbiyen, Gey, Biseksüel Örneklerinde Bağlanma Stilleri İle Depresyon Arasındaki İlişkide İçselleştirilmiş Homofobi ve Öz Anlayışın Aracı Rolü**" konulu tezini, Yönetim Kurulumuzun **20.06.2016** tarih ve **2016/10** sayılı toplantısında seçilen ve Sefaköy Yerleşkesinde toplanan biz jüri üyeleri huzurunda, ilgili yönetmeliğin 48. maddesi gereğince **(60)** dakika süre ile aday tarafından savunulmuş ve sonuçta adayın tezi hakkında ~~oyçokluğu/oybirliği~~ ile **Kabul/Red veya Düzeltme** kararı verilmiştir.

İşbu tutanak, 3 nüsha olarak hazırlanmış ve Enstitü Müdürlüğü'ne sunulmak üzere tarafımızdan düzenlenmiştir.



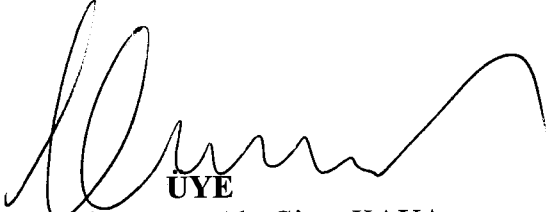
**DANIŞMAN**

Doç.Dr.Ömer Faruk ŞİMŞEK



**ÜYE**

Yrd.Doç.Dr.Meltem Üstündağ BUDAK



**ÜYE**

Yrd.Doç.Dr. Alp Giray KAYA




**ÜYE**

Yrd.Doç.Dr. Muzaffer ŞAHİN

**ÜYE**

Yrd.Doç.Dr. Halis ÖZERKİ





T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı/Klinik Psikoloji Programı

LEZBİYEN, GEY ve BİSEKSÜEL ÖRNEKLEMİNDE BAĞLANMA  
STİLLERİ İLE DEPRESYON ARASINDAKİ İLİŞKİDE  
İÇSELLEŞTİRİLMİŞ HOMOFOBİ VE ÖZ ANLAYIŞIN ARACI  
ROLÜ

Doktora Tezi

Zeynep SET

115601112

Danışman: Doç. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK

İstanbul, 2016



T.C.

İSTANBUL AREL ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

Psikoloji Anabilim Dalı/Klinik Psikoloji Programı

**LEZBİYEN, GEY ve BİSEKSÜEL ÖRNEKLEMİNDE  
BAĞLANMA STİLLERİ İLE DEPRESYON  
ARASINDAKİ İLİŞKİDE İÇSELLEŞTİRİLMİŞ  
HOMOFOBİ VE ÖZ ANLAYIŞIN ARACI ROLÜ**

Doktora Tezi

Hazırlayan: **Zeynep SET**

## KABUL VE ONAY

Zeynep SET tarafından hazırlanan “Lezbiyen, Gey ve Biseksüel Örnekleminde Bağlanma Stilleri İle Depresyon Arasındaki İlişkide İçselleştirilmiş Homofobi ve Öz Anlayışın Aracı Rolü” başlıklı bu çalışma, Savunma Sınavı tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Doktora Tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Doç. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK (Danışman)

Üye : Yrd. Doç. Dr. Alp Giray KAYA

Üye : Yrd. Doç. Dr. Halis ÖZERK

Üye : Yrd. Doç. Dr. Meltem Üstündağ BUDAK

Üye : Yrd. Doç. Dr. Muzaffer ŞAHİN

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

Prof. Dr. Ümit ATAMAN

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirişlerin, çizelge ve şekillerin kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunundaki hükümlere tabidir.

## BİLDİRİM

Tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının İstanbul Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece İstanbul Arel yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin 2 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

Zeynep SET

## YEMİN METNİ

Doktora tezi olarak sunduğum “Lezbiyen, Gey ve Biseksüel Örnekleminde Bağlanma Stilleri İle Depresyon Arasındaki İlişkide İçselleştirilmiş Homofobi ve Öz Anlayışın Aracı Rolü” başlıklı bu çalışmanın, bilimsel ahlak ve geleneklere uygun şekilde tarafımdan yazıldığını, yararlandığım eserlerin tamamının kaynaklarda gösterildiğini ve çalışmanın içinde kullandıkları her yerde bunlara atıf yapıldığını belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

[Tarih ve İmza]

Zeynep SET

## ÖZET

# LEZBİYEN, GEY ve BİSEKSÜEL ÖRNEKLEMİNDE BAĞLANMA STİLLERİ İLE DEPRESYON ARASINDAKİ İLİŞKİDE İÇSELLEŞTİRİLMİŞ HOMOFOBİ VE ÖZ ANLAYIŞIN ARACI ROLÜ

Zeynep SET

Doktora Tezi, Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Danışman: Doç. Dr. Ömer Faruk Şimşek

Haziran, 2016

Bu çalışmanın temel amacı, lezbiyen, gey ve biseksüel (LGB) bireylerde, bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobi ve öz anlayışın aracılık etkisini incelemektir. Araştırmanın çalışma grubunu yaşları 18-30 ( $\bar{X}$ =22.73,  $S_s$ =3.54) arasında değişen toplam 886 LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) birey oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında, Yakın İlişkilerde Yaşantılar Envanteri (YİYE II), Öz Anlayış Ölçeği, İçsel Homofobi Ölçeği (Geyler ve Biseksüel erkekler İçin), Lezbiyenler İçin İçsel Homofobi Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanmış Demografik Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma kapsamında belirlenen modellerin test edilmesinde Yapısal Eşitlik Modellemesi (YEM) ve tahminleme yöntemi olarak En Çok Olabilirlik Metodu (Maximum Likelihood) uygulanmıştır. Araştırma sonuçlarında, erkek örnekleme kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin kısmi aracılık etkisinin olduğu; öz anlayışın ise bu ilişkide aracılık etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Kadın örnekleminde ise kaçınmalı bağlanma ile depresyon arasında, öz anlayış ve içselleştirilmiş homofobi üzerinden bir dolaylı etkinin olduğu; kaygılı bağlanma ile depresyon arasında ise sadece içselleştirilmiş homofobi üzerinden bir dolaylı etki olduğu belirlenmiştir. Ulaşılan sonuçlar ilgili literatür çerçevesinde tartışılmış ve önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Bağlanma stilleri, içselleştirilmiş homofobi, LGB, öz anlayış, depresyon

## **ABSTRACT**

# **THE MEDIATOR ROLE OF INTERNALIZED HOMOPHOBIA AND SELF-COMPASSION IN THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTACHMENT STYLES AND DEPRESSION AMONG LESBIAN, GAY AND BISEXUAL INDIVIDUALS**

**Zeynep SET**

Doctoral Dissertation, Department of Clinical Psychology

Supervisor: Ömer Faruk ŞİMŞEK, Associate Professor, Department of Psychology

June, 2016

The main purpose of this study was to investigate the mediating role of internalized homophobia and self-compassion in the relationship between attachment styles and depression among lesbian, gay and bisexual individuals. The participants of the study consisted of 886 LGB individuals whose ages range from 18 to 30 ( $\bar{X}$ =22.73,  $Sd$ =3.54). In collecting the data, Experiences in Close Relationships Inventory (ECRI- II), Self-Compassion Scale, Internalized Homophobia Scale (for Gay and Bisexual men), Lesbian Internalized Homophobia Scale, Beck Depression Inventory and Demographic Information Form developed by the researcher were used. Within the context of the study, Structural Equation Modelling (SEM) was performed to test the proposed models and Maximum Likelihood was implemented as estimation method. In the findings of the study, it was found that internalized homophobia partially mediated the relationship between anxious attachment and depression among men whereas self-compassion didn't play a mediating role in this relationship. On the other side, an indirect effect through self-compassion and internalized homophobia appeared in the relationship between avoidant attachment and depression while another indirect effect was found in the relationship between anxious attachment and depression among woman by means of only internalized homophobia. Results were discussed in the frame of relevant literature and suggestions were made.

Key Words: Attachment styles, internalized homophobia, LGB, self-compassion, depression



## ÖNSÖZ

Hâkim düşüncenin heteroseksizm olduğu tüm kültürlerde, heteroseksüel olmayan her davranış, kimlik, ilişki veya topluluk inkâr edilmekte, kötülenmekte veya damgalanmaktadır. Bu kültürlere doğan her birey çok erken dönemlerde toplumsal heteroseksizmi içselleştirir. Bireyler homoseksüelliklerini ilk keşfedişleri ile de kendilerine dönük olumsuz duygular deneyimlemeye başlarlar. Kişinin kendi homoseksüel yönelimlerini keşfetmesi, bunun üzerine bir kimlik inşa etmesi ve bunu diğerlerine açıklama süreçleri oldukça sarsıcı olabilmektedir. Farklılıklarımızı uzlaştırmadaki pek çok nedene bağlı zorlanmalarımız ve zorlamalarımız özellikle lezbiyen, gey ve biseksüel bireylerin heteroseksüel cinsel yönelime sahip bireylere nazaran kimi psikopatolojileri daha fazla üretmelerine neden olabilmektedir. Bu çalışma ile bu bireylere profesyonel destek verecek ruh sağlığı uzmanlarına yardımcı olabilmek, bu konudaki akademik çalışmalara katkı sağlamak ve bu bireylerin görünürlüğüne destek vermek en temel amacımdı.

Çalışmamın her aşamasında beni yönlendiren, karşıma çıkan her sorunun çözümünde beni aydınlatan, destek veren, bilgi ve deneyimlerini benimle cömertçe paylaşarak bilimsel vizyonumu genişleten, varlığı ile çalışmam boyunca kendimi hep güvende hissetmemi sağlayan, hoşgörüsü ve anlayışlı tavrı ile hatırlayacağım çok değerli hocam, tez danışmanım Sayın Doç. Dr. Ömer Faruk ŞİMŞEK'e akademik ve psikolojik desteğinden dolayı teşekkür ederim.

Ayrıca tez izleme komitemde bulunan ve daima desteklerini gördüğüm değerli hocalarım Sayın Yard. Doç. Dr. Meltem ÜSTÜNDAĞ BUDAK'a ve Sayın Yard. Doç. Dr. Alp Giray KAYA'ya yaptıkları yardım, eleştiri ve yönlendirmelerinden dolayı teşekkür ederim. Hem danışman hocam hem de takip komitesinde yer alan hocalarımla keyifli, bir o kadar öğretici ve güvenli bir tez süreci yaşadım.

Tez sürecim pek çok “iyi ki tanıdım” dediğim insanlar çıkardı karşıma. Tanrı'nın bana kardeş olarak yollamayı unutup arkadaş olarak karşıma çıkardığı çok sevgili Uzm. Psikolojik Danışman Ahmet ALTINOK'a, bu zorlu

yolculukta bilimselliği, bilgi birikimi ve harika psikolojik danışmanlığı ile daima yanımda olduğu için sonsuz teşekkür ediyorum.

Bu uzun yolculuk boyunca onlara veremediklerimin hesabını hiç yapmadıkları gibi beni daima motive eden canım kızım Rana Tibet ve canım oğlum Egemen'e de sabır ve destekleri için yürekten teşekkür ederim.

**Zeynep SET**

*Daima benimle yaşayacak olan canım ablam Emine TEKKUŐ'a...*

## İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY .....	iii
BİLDİRİM .....	v
YEMİN METNİ.....	vi
ÖZET.....	i
ABSTRACT.....	ii
ÖNSÖZ .....	iii
İÇİNDEKİLER .....	vi
TABLOLAR LİSTESİ.....	viii
ŞEKİLLER LİSTESİ .....	x
GİRİŞ .....	1
1. BÖLÜM.....	1
1.1.BAĞLANMA KURAMI.....	2
1.2. DEPRESYON .....	11
1.3. İÇSEL HOMOFOBİ.....	14
1.4. ÖZ - ANLAYIŞ.....	18
1.5. İLİŞKİSEL LİTERATÜR .....	21
1.5.1. Bağlanma ve Depresyon .....	21
1.5.2. Bağlanma ile İçselleştirilmiş Homofobi .....	26
1.5.3. Bağlanma Stilleri ile Öz Anlayış .....	30
1.5.4. İçselleştirilmiş Homofobi ile Depresyon .....	36
1.5.5. Öz Anlayış ile Depresyon .....	42
1.6. ARAŞTIRMANIN AMACI.....	47
1.7.1. ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ .....	47
KISALTMALAR LİSTESİ.....	49
2.BÖLÜM .....	50
YÖNTEM.....	50
2.1. Araştırma Modeli .....	50
2.3. Veri Toplama Araçları.....	53
2.3.1. Beck Depresyon Ölçeği .....	54
2.3.2. Bağlanma Stilleri Ölçeği (YİYE II).....	54
2.3.3. Öz Anlayış Ölçeği.....	55
2.3.4. Gey ve Biseksüeller İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği .....	56
2.3.5. Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği .....	57

2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi.....	59
3.BÖLÜM .....	61
BULGULAR.....	61
3.1. Gruplar Arası Farklılaşmanın Değerlendirilmesi .....	61
3.1.1 Bağlanma Boyutları, Öz Anlayış ve Depresyon Puanlarının Cinsiyete Göre Değerlendirilmesi.....	61
3.1.2. Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden Alınan Puanların Cinsel Yönelime Göre Değerlendirilmesi .....	62
3.1.3. İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden (Gey ve Biseksüel Erkekler İçin) Alınan Puanların Cinsel Yönelime Göre Değerlendirilmesi.....	63
3.1.4. Bağlanma Boyutları, Öz Anlayış ve Depresyon Puanlarının Cinsel Yönelime Göre Değerlendirilmesi.....	63
3.2. Araştırmada Kapsamında Test Edilecek Yapısal Modellerdeki Gözlenen Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler .....	65
3.3. Çalışma Grubunun Tümüne İlişkin Ölçüm Modeli Bilgisi .....	66
3.4. Erkek Örneğinde Ölçüm Modelinin Test Edilmesi .....	68
3.5. Erkek Örneğinde Yapısal Modelin Test Edilmesi.....	70
3.5.1. Erkek Örneğinde Yapısal Model İçin Aracılık Testi .....	73
3.6. Kadın Örneğinde Ölçüm Modelinin Test Edilmesi.....	75
3.7. Kadın Örneğinde Yapısal Modelin Test Edilmesi.....	77
4. BÖLÜM .....	82
TARTIŞMA VE YORUM .....	82
4.1. Öz Anlayışın Aracılığına ilişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu .....	83
4.2. İçsel Homofobinin Aracılığına ilişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu.....	87
4.3. Sonuç, Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler .....	94
KAYNAKÇA.....	97
Ek -1 Yönerge .....	112
Ek- 2 Demografik Bilgi Formu .....	113
Ek -3 Bağlanma Ölçeği .....	115
Ek- 4 Öz Anlayış Ölçeği .....	116
Ek -5 İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği (Erkekler İçin).....	117
Ek -6 İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği (Kadınlar İçin) .....	118
Ek -7 Beck Depresyon Ölçeği.....	119

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Çalışma Grubuna Ait Demografik Özellikler .....	52
Tablo 2. Katılımcıların Yaşadıkları Şehirler .....	53
Tablo 3. Uyum İyiliği İndeksleri ve Kabul Edilebilirlik sınırları .....	60
Tablo 4. Tablo. Bağlanma Boyutları, Öz Anlayış ve Depresyon Puanlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları.....	61
Tablo 5. Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden Alınan Puanların Cinsel Yönelime Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları.....	62
Tablo 6. İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden Alınan Puanlarının Cinsel Yönelime Göre Farklılaşması Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları .....	63
Tablo 7. Bağlanma Boyutları, Öz Anlayış ve Depresyon Puanlarının Cinsel Yönelime Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları .....	64
Tablo 8. Yapısal Modellerde Yer Alan Gözlenen Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler.....	65
Tablo 9. Yapısal Modellerde Kullanılan Örtük ve Gözlenen Değişkenler .....	67
Tablo 10. Erkek Örnekleminde Test Edilen Modele Ait Ölçüm Modeli Uyum Değerleri.....	68
Tablo 11. Erkek Örneklemini Yapısal Modelde Yer Alan Örtük Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar .....	69
Tablo 12. Erkek Örnekleminde Test Edilen Yapısal Modele Ait Uyum Değerleri.....	70
Tablo 13. Erkek Örneklemini İçin Belirlenen Yapısal Modelde Yer Alan Gözlenen Değişkenler Arası İlişkiler .....	71
Tablo 14. Erkek Örnekleminde Test Edilen Model (Revize Edilmiş) Uyum Değerleri.....	73

Tablo 15. Kadın Örnekleminde Test Edilen Modele Ait Ölçüm Modeli Uyum Değerleri.....	75
Tablo 16. Kadın Örneklemini Yapısal Modelde Yer Alan Örtük Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar.....	76
Tablo 17. Kadın Örnekleminde Test Edilen Yapısal Modele Ait Uyum Değerleri.....	77
Tablo 18. Kadın Örneklemini İçin Belirlenen Yapısal Modelde Yer Alan Gözlenen Değişkenler Arası İlişkiler.....	78
Tablo 19. Kadın Örnekleminde Test Edilen Model (Revize Edilmiş) Uyum Değerleri.....	80

## ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Erkek Örnekleme İçin Yapısal Model .....	51
Şekil 2. Kadın Örnekleme İçin Yapısal Model.....	51
Şekil 3. Erkek Örnekleminde Test Edilen Yapısal Modele Ait Ölçüm Modeli	69
Şekil 4. Erkek Örnekleminde Yapısal Modelde Hesaplanan Standardize Edilmiş Yol Katsayıları.....	72
Şekil 5. Erkek Örnekleminde Test Edilen Model (Revize Edilmiş) .....	73
Şekil 6. Erkek Örnekleme Yapısal Model Yol Katsayıları.....	75
Şekil 7. Kadın Örnekleminde Test Edilen Yapısal Modele Ait Ölçüm Modeli	76
Şekil 8. Kadın Örnekleminde Yapısal Modelde Hesaplanan Standardize Edilmiş Yol Katsayıları.....	79
Şekil 9. Kadın Örnekleminde Yapısal Model (Revize Edilmiş) .....	80
Şekil 10. Kadın Örnekleme Yapısal Model Yol Katsayıları .....	81



# GİRİŞ

## 1. BÖLÜM

Toplumun eşcinsellik karşıtı inançlarını yansıtan bir şekilde aynı cinsinsel yönelimin tüm formları ruh sağlığı alanınca patolojik olarak görülmüştür (Bringaze ve White, 2001; Bobbe, 2002). Eşcinsellik başlangıçta APA' nın (Amerikan Psikiyatri Birliği, 1935) yaptığı ruh hastalıkları sınıflandırmasında "patolojik cinsellikli psikopatik kişilik" tanımı altında yer almıştır.

1952 yılında yayımlanan DSM'nin ilk versiyonunda eşcinsellik sadizm, fetişizm, pedofili ve transvestizm ile birlikte seksüel sapkınlıklar bölümünde ve "sosyopatik kişilik bozukluğu" kategorisinin bir alt grubunda yerini almıştır. 1968 yılında basılan DSM-2' de eşcinsellik pedofili, teşhircilik ve fetişizm ile beraber yer almıştır. 1960'lı yılların sonunda yapılan araştırmalarda gey, lezbiyen ve biseksüel cinsel yönelimin patolojik durumlara neden olmadığıyla ilgili sonuçlara ulaşılmıştır (Bobbe, 2002).

Biriken bilimsel kanıtlar ve 1970'li yılların ortalarında cinsel yönelim ayrımcılığının sonlanmasına yönelik sosyal hareketlerin de etkisiyle 1973'te eşcinsellerin maruz kaldıkları ayrımcılık ve karşılaştıkları yasal engellemelerin kaldırılabilmesi yönünde APA'nın yaptığı bir çağrıyla eşcinsellik hastalık kategorisinden çıkarılmıştır (Yetkin, 2009:79). Amerikan Psikiyatri Birliği 1973 yılında homoseksüelliği DSM-2 sınıflandırmasından çıkarmış ve yerine "Cinsel Yönelim Bozukluğu" tanısı getirilmiştir (Mendelson, 2003). Homoseksüellik 1980 yılında yayınlanan DSM 3'te "Egodistonik Homoseksüalite" kategorisi olarak adlandırılmıştır (Eysenck ve Wakefield 1983). DSM 4-TR'de (2001) ise bir bozukluk olarak eşcinsellik tanımlanmamakta; "Cinsel Kimlik Bozukluğu" tanısı yerine "Cinsel Kimliğinden Yakınma" tanısı bulunmaktadır (DSM-5, 2013). "Cinsel Kimlik Bozukluğu" başlığı altında daha çok transseksüellik diye bilinen durum tanımlanmaktadır. 2013 yılında yayınlanan DSM-5'te de homoseksüellikle ilgili bir tanı bulunmamaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) hastalıkların uluslararası sınıflandırılması sistemi olan ve 1978 yılında yayınlanan ICD-9'da ayrı bir tanı olarak sınıflandırılmıştır (Mendelson, 2003). 1992 yılında

yayınlanan ICD-10'da ise homoseksüellik hastalık sınıflamasından çıkarılmıştır (Mendelson, 2003).

Eşcinsel bireyler heteroseksist toplumsal düzen içinde gerek azınlık stres teorisi ile açıklanan durumdan gerekse de heteroseksistlere tanınan pek çok yasal haklardan mahrum bırakılmaları yönüyle, yönelimlerine ilişkin olarak açık ya da örtük biçimde ötekileştirilmektedir. Yapılan çalışmalar eşcinsel bireylerde bu ötekileştirme halinin pek çok psikopatoloji oluşumuna zemin hazırladığını göstermektedir.

Bu çalışma ile ilk kez lezbiyen, gey ve biseksüel bireylerde depresyona etkisi yönüyle bağlanma, içsel homofobi ve öz anlayış birlikte incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen bulgular dikkate alındığında bu bireylere verilen psikolojik desteğin içerik olarak bir takım eklemelere ihtiyaç duyduğu görülmektedir. Özellikle lezbiyen, gey ve biseksüel bireylerle yapılan terapilerde bağlanmaya, içsel homofobiye ve öz anlayışa odaklanan ve tüm bunları içeren bir terapi modelinin oldukça işlevsel olabileceği düşünülmektedir. Tüm bu değişkenlerin ulaşılması bir hayli zor olan bir örnekleme ve oldukça büyük bir katılımcı sayısı ile çalışılmış, hem yurt içi hem de yurt dışında benzer bir çalışmaya rastlanmamış olması yönüyle mevcut çalışmanın alanyazında oldukça büyük bir eksiğin giderilmesine yardımcı olacağı düşünülmektedir.

## **1.1.BAĞLANMA KURAMI**

Bağlanma kuramı ile ilgili ilk çalışmalar, Freud ve diğer psikanalitik düşünürlerden etkilenen John Bowlby ve Mary Ainsworth tarafından yapılmıştır (Bretherton, 1992). Bowlby e (1977;1980;1982) bağlanma bireyin yorgunluk, korku ya da hastalık gibi durumlarında, daha olgun ve güçlü olarak algılanan ve tercih edilen bir figürle ilişkiye geçmek veya yakınlık araması adına hissedilen güçlü bir arzudur. Bu bağlanma figürü ile yakınlaşmayı sağlayan ve bunu devam ettirmeye hizmet eden her türlü davranış ise bağlanma davranışı olarak tanımlanır (Akt: Patterson ve Moran, 1988).

Bağlanma Kuram' ı erken çocukluk döneminde bakım alan çocuk ile ona bakım verenler arasında yaşanan ilişkinin niteliğinin, kişilik ve duygusal

gelişimimiz üzerinde önemli etkilere sahip olduğunu öne süren bir yaklaşımdır. Sümer' e (2002: 12) göre “ yeni doğan ve ona bakım veren arasında kurulan bağlanma, sadece bir sevgi bağı değil, aynı zamanda çocukların kişisel ve duygusal gelişimini şekillendiren ve onların hayatları boyunca yakın ilişkilerini yönlendiren yaşamsal bir bağıdır. ”

Bağlanma Kuramı bir kişilik gelişim kuramıdır ve nesne ilişkileri etiyoloji ve psikodinamik yaklaşımlar üzerine kurulmuştur.

Nesne ilişkileri kuramı, bireylerin etraflarında insanlarla ilişkili olarak nasıl bir gelişim gösterdiği ile ilgilenir. İlişkileri içselleştirme ve dışsallaştırma, bağlanma ve ayrılma, içe atma ve yansıtma ve tamamen dönüştürüp içselleştirme gelişimdeki anahtar unsurlardır. İlişkilere yapılan bu vurguda klasik psikanalitik dürtü kuramından farklı olarak organizmanın dürtüleri nasıl deşarj ettiği üzerine odaklanır (Hamilton, 1989).

Sigmund Freud, dürtü ve yapısal kuramdan daha az ilgi ile bir obje ilişkileri kuramı geliştirmiştir. Freud, kaybı aramayı, insanların gerçekmiş gibi algıladıkları bir objeye yönelik ve içselleştirilen kişinin hayali tarafından kayıp edilen kişiden doyum almaya devam etmenin nasıl olduğunu açıklamıştır. İnsanlar kayıp nesneyi sadece içselleştirmezler aynı zamanda onu tanımlarlar; nesne imajını kendilerinden de bir parça ve kendi kimlikleriymiş gibi tasarlarlar. Freud'un takipçilerinden Melanie Klein özellikle içselleştirilmiş ilişkilere vurgu yapmıştır. Kendisi ve arkadaşları bebeklerin doğumlarından-belki de daha erken, nesne ile ilişkilendirilmiş olduklarını öne sürdüler. Sadece ebeveynlerine bağlı bir şekilde olmazlar çünkü ebeveynler onların oral dürtülerini karşılar. Bebekler ilişkilerde başından beri organizma olarak kendi bütünlüklerini korumaya dönüktürler ve kendilerinin bir parçası olarak deneyimledikleri bağlanılan birincil nesneye, kendi doğuştan getirdikleri yıkıcılığı çevre üzerinden yansıtırlar ve onun iyi yönlerini içselleştirirler, aynı zamanda tehlikeli durumlardan kendilerini kurtarmayı da deneyimlemiş olurlar. Böylece, tüm kötü ve iyinin olduğu dünyada kendileri ve nesne olarak ayrılırlar (Hamilton, 1989).

Ayrılma modern nesne ilişkileri kuramının merkezinde, birincil gelişimsel ve psikolojik mekanizması olarak kalmaktadır. Pruyser (1975) bu konseptin kullanılabilirliğini sorulayan bir çalışma yazmıştır; çalışmada vurgulanan temel konu egonun ayrılması ve ayrılmanın temsil edilmesi ile ilgili öne sürülen terminolojinin yetersiz olmasıdır. Nispeten daha yeni çalışmalar benliğin egodan ayrılması konularına yönelmiş durumdadırlar.

Ayrılmanın çözülmesi gibi, obje ilişkilerinin tümü normal gelişimin olgunluğunun merkezi haline gelir. Olgunlaşmış çocuk sevgi beklentisinin olduğu objenin kendini yıkıcı bir tarafı olduğunu da öğrenir. Nefret ettiği ve kendisinden mahrum bıraktığı için yok olmasını dilediği ile kendisini beslediği için sevdiği nesne aynıdır. Çocuk daha sonra pişmanlık ve suçluluk hisseder ve daha önce yok olmayı dilediği nesneyi onarmak ister. Bu suçluluk duyguları arasında kendi yıkıcı ve olumlu duygularını annenin de sevgi ve mahrum bırakma durumlarını tanır. Benlik sevgi dolu biraz da yıkıcıdır. Nesne de sevgi dolu bir nebze de olsa yıkıcıdır. Benlik ve nesne ayrıdır ama ilişkilidir. Bu obje ilişkilerinin tamamını ifade etmektedir. Tüm nesne ilişkileri kuramlarının ortak yanı içselleştirmenin önemine, psikiyatrik rahatsızlıklardan kurtulmayı da içine alan tüm psikolojik değişimlerde ve gelişimde ilişkileri dışsallaştırmanın üzerine vurgu yapmalarıdır. Nesne ilişkileri kuramları sistemseleldirler ve doğrusal bir nedenselliğin yerine karmaşık olguları ve sınırlar arasındaki ilişkileri açıklamaya çalışırlar. Bu sayede, klinik uygulamaların karmaşasına hızla uyarlabilirler (Hamilton, 1989).

Evrimsel biyolojiye göre yeni doğan bir bağlanma figürüne ihtiyaç duyar. Yeni doğanın kendini savunma, beslenme ve hareket etme yönüyle gelişimi henüz tamamlanmamıştır. Hayatta kalabilmek adına kendisi ile uzun süre ilgilenecek, ona bakım verecek kişi ya da kişilere ihtiyacı vardır. Yeni doğan, bakım verecek kişiyi bakım vermek yönünde harekete geçirici ve bu kişiyle yakınlığı sağlayıcı davranış repertuarı ile dünyaya gelir (Mikulincer Shaver ve Pereg, 2003). Erken bebeklik döneminde yakınlığı başlatıcı davranışlar gülümseme ve ağlama gibi davranışlardır. Bunlar temelde bakım verenle yakınlığı başlatmayı sağlayan sinyallerdir. Ancak bebek ve yetişkin arasındaki yakınlığın başlayabilmesi için bebek tarafından bu sinyallerin

gönderilmesi yeterli değildir. Bebek tarafından gönderilen bu sinyallere cevap verecek bütünleyici yatkınlığa sahip bakım verene ihtiyaç vardır (Campos, Barrett, Lamb, Goldsmith ve Stenberg, 1983). Etiyolojik bağlanma teorisyenlerine göre bu yatkınlıklar gelişmiş uyumu yansıtmaktadır. Bebekler yatkınlığı sağlayan bu sinyallere tekrar eder biçimde, tutarlı bir şekilde ve uygun bir tarzda yanıt verebilen yetişkinlere yönelik bağlanma geliştirirler. Bu sayede bebeklerde bağlanma figürlerinin, ihtiyaç halinde kendilerine bakım ve koruma vereceklerine dair bir güven gelişir. (Campos ve diğerleri, 1983). Bağlanma stillerindeki farklılıklar bebeğin bakım almak yakınlık ihtiyacını karşılamak amacıyla bakım verene gönderdiği sinyallere bakım veren kişinin dakiklik ve uygunluk yönüyle verdikleri tepkilerdeki çeşitlilik farklılığının temel nedenidir. Bağlanma başlangıçta bir nevi tek taraflı bir ilişkidir. Bebek ötekilerden bakım vericisini ayırt etmekte yetersizdir. Bağlanma edimleri bu dönemde bakım verenin yeni doğan bebekle bağ kurmasına hizmet eder. Yeni doğanın bakım veren kişiyi tanınması, diğerlerinden ayırt etmesi ve bakım verenle özel bir ilişki geliştirmesi altıncı aydan itibaren başlar (Patterson ve Moran, 1988). Bebek altıncı aya kadar herhangi bir kişi tercihi yapmaksızın bakımı ve dikkatintercihini özel bağ kurduğu bakım verenden yana kullanma eğilimindedir. Hatta tercih edilen bakım verenden ayrılmaya tepki göstermeye başlar. Bu geçişle yeni doğan bebek bu dönemde tek başına ve bağımsız hareket etmeye de başlar. Bu sayede altıncı aydan sonra yakınlık sağlayabilmek için bakım verenin sinyallere yanıtını beklemek mecburiyetinde kalmaksızın yakınlık kurmayı kendi arzusu ile gerçekleştirebilir duruma gelir. Bağlanma biçimleri yetişkinlikteki işlevselliği daha farklı şekillerde de etkilemektedir. Erken dönemde kazanılmış olan, bakım veren - çocuk ilişkisinden edinilen ilişki örüntüleri içselleştirilerek kişinin diğer yakın ilişkilere nasıl gireceğinin ve onları nasıl sürdüreceğinin temellerini oluşturur (Bretherton, 1992). Bowlby' nin "içsel çalışan modeller" olarak adlandırdığı bu zihinsel temsiller değişime karşı oldukça dirençlidir çünkü bilinçli farkındalığın dışında çalışırlar (Akt; Patterson ve Moran, 1988). Kişinin ilişkilerinde kendine dair nasıl bir rol oynayacağı ve bu role ilişkin beklentilerini benliğe ilişkin model belirler. Ötekilerinin nasıl davranacağı

hakkındaki temel inançları, değerlendirmeleri içeren, ilişkilere dair bir şablon görevi görerek gelecekteki ilişkileri şekillendiren ise diğerlerine ait modeldir (Patterson ve Moran, 1988). Bowlby'e göre bağlanma ilişkisinin temel işlevi ve bağlanmanın tanımlayıcı özellikleri şunlardır:

- yakınlarda kalma ve ayrılıklara direnme kısaca yakınlığı koruma -rahatlama, destek, yeniden güvence vb. için dönülen yer yani güvenlik sığınağı

-bağlanma dışı davranışlarda bulunmak için bir üs olarak kullanma yani güvence üssü (Hazan ve Shaver, 1987).

Bu ihtiyaçların yeterli düzeyde karşılanmaması halinde çocuktaki benlik algısı oluşumu ile bağlantılı olarak patoloji gelişebilme riski ortaya çıkar (Yıldız, 2012). Bowlby, hem benliğe ilişkin hem de dünyaya ilişkin içsel çalışan modellerin bireyin bağlanma figürleriyle olan gerçek yaşantılarına bağlı olduğunu belirtmektedir. Her yaşantı deneyimi bireyin;

- 1- Bağlanma figürünün ulaşılabilirliğine, cevap vericiliğine bağlı olarak sevgi dolu ve cevap veren ya da sevmeyen ve cevap vermeyen bir birey olduğuna dönük diğerlerine dair bir model oluşturmasına,
- 2- Kişinin değerli ve sevilmeye olduğuna ya da nefret edilesi, değersiz ve sevilmeye layık bir birey olduğuna dönük bir kendilik modeli oluşturmasına yol açar (Akt: Campos ve diğerleri, 1983).

Bowlby zihinsel temsillerin birbirini bütünler niteliğine vurgu yaparak; bakım verenlerinin ulaşılır, güvenilir ve ilgili olduğunda çocuğun bakım verenlerine ilişkin bir model oluşturacağını ve buradan hareketle kendini de güvenilmeye değer, ilgi görmeye ve sevilmeye layık bir çocuk olduğuna ilişkin bir model geliştireceğini belirtmiştir. Ters durumda bakım veren yani bağlanma figürü çocuğun ihtiyaçlarına uygun olmayan cevaplar verir ya da tepkisiz kalırsa, çocuk bağlanma figürünü reddedici ve kendisini ise desteklenmeye, sevilmeye değmeyen biri olarak kodlayabilir (Akt; Güngör, 2000). Çocuk tarafından hem bakım verenine hem de kendine yönelik farklı modeller geliştirilmesi de mümkündür. Çocuk ve bakım vereni ( bağlanma figürü) arasında sağlıklı bir

iletişim örüntüsü kurulabilmesinin yolu bakım veren ve çocuk arasında savunucu olmayan, açık bir duygusal iletişimden geçer. Böyle bir iletişim içsel çalışan modellerin sürekli biçimde yenilenmesine ve artırılmasına olanak verir. Aksi yönde bir iletişim ise, özellikle çocuğun gerçekte deneyimlediği yaşantıyı değiştirmeye dönük olarak çalışan modeller arasında içsel çelişmelere neden olabilmektedir (Bretherton, 1992). Hem bebeklik, hem çocukluk hem de ergenlik dönemi boyunca gelişen bu içsel çalışan modeller ilerleyen süreçte bireyin çevresine verdiği tepkileri dizayn etmekte ve belirlemektedir (Campos ve diğerleri, 1983). Çocukta güvenlik duygusunun oluşumunda özellikle, çocuk tedirgin ve üzgünken ulaşılabilir olan bir bakım vericiye ait bir çalışan model varlığı oldukça önemlidir. Bu çocuğun, güvenli bir biçimde dünyayı keşfedebilmesine ve diğer insanlarla ilişki kurabileceğine dair inancını geliştir. Öte yandan, bakım veren vaktinde ve uygun bir biçimde çocuğun ihtiyaçlarına yanıt vermekte başarısız olur ise bu duruma bağlı olarak çocukta kronik biçimde kaygı gelişebilmekte ya da çevreyi keşifte engelleyici bir biçimin gelişmesine ilişkin hazırlayıcı bir rol oynamaktadır. Bowlby, kaygılı ve korkulu büyüyen bireylerin aile deneyimlerini, bakım veren (ebeveyn) kötü iletişimi ve desteğinin belirsizliği ile tanımlarken, daha sağlam ve kendine güvenli olarak büyümüş kişilerin aile deneyimlerini ise ihtiyaç hissedildiğinde yerinde ve yeterince verilen bakıcı (ebeveyn) desteğinin yanı sıra özerklik geliştirmeye yönelik kalıcı, uygun cesaretlendirmeler, ebeveynlerle yaşanan dürüst ve iyi iletişim ile tanımlamaktadır (Bretherton, 1992). Böylelikle kişilik, çocuğun deneyimlerine bağlı olarak farklı şekillerde gelişebilir. Bowlby'e göre normal kişilik gelişimi; bebeklik, çocukluk ve ergenlik döneminde kişinin tanımlamaya ve üzerinde değişiklikler yapmaya devam ettiği olumlu çalışan modellerin şekillenmesi ve sürdürülmesiyle mümkün olur (Akt: Campos ve diğerleri, 1983). Çocuk büyüdükçe içsel çalışan modeller daha iyi tanımlanmakta ve ayrıntılı hazırlanmış bir hale gelmekte ve kişilikte radikal değişikliklerin gerçekleşme olasılığı azalmaktadır. Yaşamın erken dönemlerinde bağlanma ilişkileri sonucunda gelişen ve biçim alan içsel çalışan modeller kişilerin hem kendilerine hem de ötekilerine ilişkin bakış açılarını ve kişinin ötekileriyle olan ilişkilerini düzenlemektedir. Bireyin benliğine ilişkin

içsel çalışan model, onun sevmeye ve desteklenmeye değer biri olup olmadığına dair inançları içermektedir. Ötekilerine dair içsel çalışan model ise Bakım verenin (bağlanma figürünün) ulaşılabilir, güvenilir ya da reddedici olmasına dair inançları kapsamaktadır. Dolayısıyla bebeklik ve çocukluk döneminde bakım veren ile (bağlanma figürleriyle) geliştirilen ilişkiler yaşamın daha sonraki kısmındaki ilişkileri büyük ölçüde etkilemektedir. Bowlby (1958) ve Ainsworth (1989) ayrı ayrı ve birlikte yaptıkları çalışmalarda güvenli, kaçınıcı ve kaygılı/ikircikli olmak üzere üç temel bağlanma stili ortaya koymuşlardır.

Güvenli bağlanma biçimine sahip bireyler ilişkileri değerli ve güvenilir olarak deneyimlenmekte ve ihtiyaç duyulduğunda dikkat hemen kazanılmakta, böylelikle de bu bebekler güvenli bir şekilde başkasına bırakılabilmektedirler. Güvenli bağlanan bebekler, yakınlığı koruma, rahatlık arama ve dış dünyayı keşfetmek adına bakım veren kişiyi güvence üssü olarak kullanır. Güvenli bağlanmış olan bebek, annesi odayı terk ettiğinde huzursuz olsa dahi annesi geri döndüğünde yatıştır, rahatlar ve anne yanında olduğu sürece aktif keşif sürecine devam edebilir.

Kaçınıcı bağlanma geliştiren çocuklar, ilişkilerin kıymetli olmasına rağmen güvenilir olmadığını öğrenmektedirler. Bu çocuklar dikkati yakalama ve yeniden kazanma becerilerinde güvensiz olmaya başlamaktadırlar. Böylelikle reddedilme korkuları ilişkilerinde kendini göstermektedir. Kaçınıcı bağlanma biçimine sahip bebekler annelerinin kendilerine dokunmalarını tutarlı olarak reddederler ve temas etmekten kaçınırlar. Annesine karşı bebeğin hiç güveni kalmadığı için, ayrılığa karşı tepkisiz kalır, geri döndüğünde, yanında bulunduğu da ona yakın durmaz.

Kaygılı (İkircikli bağlanma) biçimi geliştiren çocuklar bakım verenin tahmin edilemez tepkilerinden dolayı kimi zaman yakınlığı ararken kimi zaman da yakınlıktan kaçınmaktadır. Başka bir deyişle yakınlık hem korkutucu hem de istenen de bir şeydir. Bu çocuklar dikkati çok isteyebilirler fakat elde ettiklerinde de onu reddedebilirler. Bu yüzden ikircikli (ambivalent) bağlanma stili geliştirmiş olmaları onların kafa karıştırıcı davranışlar sergilemesine neden



olabilmektedir ve yakın olmaya ilişkin korku yetişkinlikteki ilişkilerine kadar sürebilmektedir. Bakım veren, bebeğin istek ve davranışları karşısında tutarsız tepkiler gösterdiğinde ve bazen ulaşamaz olduğunda ya da tepkisiz kaldığında, bebek endişeli ve kızgın olur, ayrılmak istemez, ayrıldığında da bakım veren geri döndüğünde yatışmaz ve o kadar endişelidir ki keşif etkinliklerinde bulunamaz (Şenkal, 2013). Bartholomew ve Horowitz (1991) bu bağlanma stillerinden farklı olarak ancak Bowlby'nin bağlanma kuramına dayanarak, benliğe ve başkalarına ait zihinsel modellerin olumlu ve olumsuz olma durumlarının çaprazlanmasından oluşan, dörtlü yetişkin bağlanma stilini geliştirmişlerdir (Terzi ve Cihangir, 2009). Dörtlü bağlanma modelinde benlik ve başkaları olumlu ve olumsuz olmak üzere iki boyut içinde incelenmekte ve sonuç olarak dört farklı yetişkin bağlanma stili elde edilmektedir.

Güvenli Bağlanma Stili; bu bağlanma biçimi “olumlu benlik” ve “olumlu başkaları” na ilişkin modellerin birleşiminden oluşmaktadır. Bu kişiler kendilerini sevmeye değer, ötekilerini ise güvenilebilir, kabul edici, ulaşılabilir ve destekleyici olarak algırlarlar. Bu kişiler başkaları ile kolaylıkla yakınlık kurabilir ve aynı zamanda ilişkilerinde de özerk kalabilirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Sümer ve Güngör, 1999; Feyzioğlu, 2008). Güvenli bağlanan kişilerin kaygı ve kaçınma düzeyleri düşük değerlerdedir. Özsaygı ve özerklik düzeyleri yüksek olan bu kişiler yakın ilişkilerden rahatsız olmazlar. Bu bölge, güvenli bağlanma duygusu, yakınlık ve karşılıklı bağlılıkta rahatlık, destek aramada güven ve stresle başa çıkmada diğer yapıcı unsurlarla tanımlanır. Ayrıca, güvenli bağlananlar terk edilme korkusu taşımazlar ve ciddi anlamda kişiler arası sorunla karşılaşmazlar (Bartholomew 1990; Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Saplantılı Bağlanma Stili; kişinin kendisini değersiz algılamasına karşın başkalarının olumlu algıladığı bağlanma biçimidir. Bu nedenle bu stilde bir bağlanmaya sahip bireyler yakın ilişkilerinde sürekli olarak kendilerini doğrulama, kanıtlama eğilimi gösterirler. İlişkileri ile sürekli olarak bir takıntı hali içindedirler. İlişkilerine dair pek de gerçekçi olmayan beklentilere sahiptirler (Sümer ve Güngör, 1999). Yüksek kaygı düzeylerine sahip bu kişiler

bağlanma güvenliğinin yokluğu, güçlü bir yakınlık ihtiyacı, ilişkilerle ilgili kaygılar ve reddedilme korkusuyla tanımlanmaktadırlar.

Korkulu Bağlanma Stili; bireyler kendilerine ve ötekilerine dair olumsuz zihinsel modellere sahiptirler. Dolayısı ile güvenli bağlanma stiline tam tersidir. Kendilerini değersiz ve sevilmeye değer görmeyen bu bireyler ötekilerinin de güvenilmez ve ulaşılamaz olduklarını düşünmektedirler. Korkulu bağlanan bireylerin kaygı ve kaçınma boyutları yüksektir. Bartholomew (1990) bu bireylerin ötekileri ile anlamlı ilişkiler kurma konusunda istekli olduklarını fakat reddedilme korkusu ve güvensizlik nedeniyle bundan kaçındıklarını belirtmektedir.

Kaçınan Bağlanma Stili; bu bireyler kendilerine ait olumlu, ötekilerine dair ise olumsuz zihinsel modellere sahiptirler. Bu stilde, başkalarına karşı reddeder bir tutum mevcuttur. Kaçınan bağlanma stiline sahip bireyler özerkliklerine aşırı derecede önem verir (Sümer, Güngör, 1999). Bu tip insanlar, ötekileri ile fazla yakınlık kurmadıklarından, kendilerini hayal kırıklıklarına karşı korumuş olurlar, böylece daha bağımsız olup daha az incinirler (Bartholomew ve Horowitz, 1991).

Bağlanma çalışmaları önceleri bebeklik ve çocukluk dönemlerine odaklanırken, son dönemlerde yetişkinlikteki bağlanma biçimlerine yönelik araştırmalar artarak devam etmektedir. Yetişkin bağlanması, bazı temel benzerlikler göstermesine rağmen, bebek bağlanmasından önemli açılardan farklılıklar gösterir. Weiss (1982) çocukluktaki bağlanmadan yetişkinlikteki bağlanmayı ayıran üç özellik tanımlamıştır:

1. Yetişkinlerde, bağlanma ilişkileri tipik olarak eşler arasındadır, diğerinde bakım alan (bebek) ve bakım veren (ebeveyn) arasındadır.
2. Yetişkinlerdeki bağlanma çocukluktaki bağlanma gibi diğer davranışsal sistemlerin etkilenmesinden sorumlu değildir.
3. Yetişkinlikteki bağlanma sıklıkla cinsel ilişki içerir (West, Rose ve Sheldon- Keller, 1994).

Hazan ve Shaver'a (1987) Bowlby'nin bağlanma kuramının formülasyonu, romantik sevgi kuramının temelini oluşturabilecek yapıdadır. Bağlanma kuramı, romantik ilişkilerde bireylerin partnerleriyle nasıl farklı ilişkiler geliştirebildiklerini ve yaşam döngüsü içinde bağlanma, bakım verme ve cinsellik gibi önemli öğelerin birbiriyle nasıl ilişkilendiğini açıklamaktadır.

## 1.2. DEPRESYON

Mutsuzluk, karamsarlık, isteksizlik ile karakterize olan, bireyde güvensizlik, dikkat eksikliği, unutkanlık, güçsüzlük ve uyku problemleri ile kendisini gösteren, yavaşlama gibi belirtileri içeren ve kronikleşme riski taşıyan yaygın bir rahatsızlık olarak tanımlanan (Mete, 2008) depresyon, antik çağdan bu yana bilinen bir ruhsal hastalıktır. Tıp literatüründe M.Ö. 400 yıllarında depresyonu ilk olarak tanımlayan Hipokrat olmuştur (Georgotas ve Cancro, 1988). Çağdaş görüşlere bakıldığında ise; Freud depresyonda ortaya çıkan belirtiler, bir kaybın ardından yaşanan yas sürecine özellikleri açısından benzetmiştir. İlişkilerde yaşanan gerçek ya da imgesel kaybın kişide öfkeye yol açacağı, katı süper ego nedeniyle açığa çıkarılamayan bu öfkeyi, kişinin kendisine yönelteceği ve bu durumun da depresyona yol açacağını savunur (Özmen, 1996). Freud 1917 yılında "Yas ve Melankoli" adlı yapıtında depresyonların psikodinamiği üzerinde durmuş ve depresyonlarda "sevilen objenin kaybının" önemini belirtmiştir. Freud, bir yandan depresyonlarda ruhsal yaşantının önemini belirtirken, öte yandan depresyonların oluşmasında kimyasal-fizyolojik bir nedenin de rol oynayabileceğini vurgulamıştır (Köknel, 2000). Freud'a göre depresyonun oluşumundaki dinamikler şöyle sıralanmaktadır a-) Kaybolmuş bir sevgi nesnesi mevcuttur. b-) Kaybedilmiş nesneye karşı ambivalans duygular vardır. c-) Kaybedilmiş nesne, içselleştirilmiştir (internalizasyon). d-) İçselleştirilmiş sevgi nesnesi ile özdeşleşilmiştir. e-) Temelde, kayıp nesneye karşı hissedilmiş ambivalans ve onun içerdiği agresyon, şimdi şahsın kendi egosuna yönelmiştir.

Beck'in bilişsel kuramına göre depresyonda tetikleyici bir durumdan önce gelen ve depresojen şemalar içeren bir bilişsel bir yatkınlık bulunmaktadır. Tetikleyici olay ile kişinin duygudurumu arasında bulunan ve

şemaların birer ürünü olan otomatik düşüncelerin olumsuz veya disfonksiyonel oluşu da, depresif duyguların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Oei, Bullbeck ve Campbell, 2006). Beck depresyonu şematize ederken üç kavram tanımlanmıştır:

1. Bilişsel üçlü: Kişinin kendisi, çevresi ve geleceği ile ilintili inançları kapsar. A) Hasta kendini yetersiz, değersiz bulur. Yaşamı ona göre hayal kırıcıdır. B) Çevresi ona yardım etmemektedir, yaşantısı yetersizdir. C) Geleceğinden umutsuzdur, uzun dönemli amaçları yoktur. Böylece olumlu bir davranış başlatamaz.

2. Sessiz kabullenişler (şemalar): Depresif kişi kendisinin de açıklayamadığı bazı inanç ve kurallara sahiptir. Kişi coşkularını, bilgilerini ve davranışlarını bu kurallara dayandırır.

3. Bilişsel hatalar: Gerçek olayla, kişinin bu olayla ilgili olumsuz otomatik düşünceleri kıyaslanarak mantık hataları kurulur (Dilbaz ve Seber, 1993).

Davranışçı ekolde ise depresyon öğrenilmiş çaresizlik kavramı bağlamında ele alınmaktadır. Bu görüşe göre depresyon çocukluktan beri acılı uyaranlarla karşılaşınca bunlardan kaçmayı, kurtulmayı bilememe ve çaresiz kalma durumudur (Öztürk ve Kozacıoğlu, 1998). Günümüzde depresyon zaman zaman kaygının eşlik ettiği üzüntülü bir duygu durumu ile birlikte değersizlik, isteksizlik ve karamsarlık gibi duygularla karakterize bir sendromdur (Öztürk, 2002). Yapılan araştırmalar sonucunda; depresyonun oluşumunda tek bir risk etkeni olmadığı, genetik yapının, çevreyle olumsuz etkileşimi ve bunun zamanlaması üzerinde durulmuştur. Depresif bozuklukları olan hastaların genellikle premorbid(hastalık öncesi) bir kişilik bozukluğu yoktur. Depresyona çok yatkın olan hiç bir kişilik örüntüsü yoktur. Ne tür kişilik örüntüsü olursa olsun belirli birtakım koşullar altında kaldığında depresyona girebilirler. Ancak benlik saygısı düşük, güçlü süperegosu olan, kişiler arası ilişkilerinde bağımlı olan, olgun ve sürekli nesne ilişkileri kuramayan kişilerin depresyona daha yatkın olduklarından söz edilmektedir (Koroğlu, 1993). Diğer bir görüşe göre de; ailesel yüklülük, depresif kişilik

özellikleri, kadın olmak, eğitim düzeyi düşüklüğü, olumsuz yaşam olayları, yakın ilişki azlığı, bedensel hastalıklar ve bunun tedavisi, yeti yitimine yol açan psikiyatrik bozukluklar depresyon için temel risk etmenleri gibi görülmektedir (Akt. Ünal ve Özcan, 2000). Bu farklı nedenler birbiri ile ilişkileri, diğer durumlar, hastalığın süresi ve ciddiyeti olarak kendi içinde sınıflanabilir. Depresyonun alt bölümlerini bu sınıflamalar oluşturmaktadır. Depresyonun şiddet ve ağırlık açısından hafif, orta ve ağır olmak üzere tanımlanan şekilleri vardır (Ziyalar, 2006).

Hafif derecede depresyon; hasta suskun olup hareketleri azalmıştır. Kederli hiç memnun olmayan bir görünümü vardır. Sürekli kötümser düşünceler üretir ve hemen her şeyden şikâyetçidir. Bitik yorgun çaresiz ve ümitsizdir. Dış ilişkileri ve çevresi ile ilgisi çok azalmış olup motivasyonları ve biyolojik dürtüleri de yok denecek bir dereceye gerilemiştir (Ziyalar, 2006).

Orta derecede depresyon; hasta yukarıda sayılan belirtilerinde nahoş bir gerginlik ve huzursuzluk hisseder. Kafasının içinde rahatsız edici ve çoğu kere hezeyan türünden fikirler vardır. Her yeni duyum ve davranış hastada bir acı ve azaba “ mental pain” sebep olur. Konuşma önemli ölçüde azalmıştır. Bu hale “musluğun yarı kapalı olması durumu denir”. Hasta kendisini sevilmeyen, yalnız ve terkedilmiş hisseder. Bunu ifade etmek için hastalar sürekli kimsenin anlayamayacağı kadar alçak bir sesle mırıldanırlar. Bu hale “rumination” denir ve hasta kişi böylece kimsenin duymasına bile cesaret edemediği hezeyanlarını ifade etme şansını bulur (Ziyalar, 2006).

Ağır derecede depresyon tanımı ise, Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı’na (DSM-4) göre depresif bozukluklar temelde üç türe ayrılmıştır: majör depresif bozukluk, distimik (kronik) bozukluk, başka türlü adlandırılmayan depresif bozukluk. Bunların yanı sıra genel tıbbi duruma bağlı ve madde kullanımına bağlı depresif durumlarda DSM-4 sınıflamalarında yer almaktadır. Majör depresif bozukluğu DSM-4, kronik, katatonik özellikler gösteren, melankolik özellikler gösteren mevsimsel yapı gösteren ve postpartum başlangıçlı alt tiplere ayırmaktadır. Premenstrüel disforik bozukluk, minör depresif bozukluk, tekrarlayıcı kısa depresif bozukluk, postpsikotik

depresif bozukluk gibi durumlar da DSM-4'te başka türlü adlandırılmayan depresif bozukluklar içinde yer almaktadır.

### 1.3. İÇSEL HOMOFOBİ

Fobi kavramı ruh sağlığı alanında gerçekçi olmayan, yersiz ya da abartılı korkuyu çağrıştırmakta ve birçok farklı durum ve nesne için kullanılmaktadır. “Homo” eş, benzer anlamına gelen bir önektir. Nedeni ise “Homofobi” kavramının 1960’larda eşcinsellerin yakınında, çevresinde bulunmasıyla ilgili korkuyu ifade etmek adına bu korkuyu hisseden kişilerce ortaya atılmış olmasıdır. Kullanımının yaygınlaşması ve eşcinsel özgürleşme hareketince benimsenmesi ile birlikte psikolojik anlamda korku olmanın ötesinde anlamlar kazanmıştır. Homofobi yaygın olarak bu korkunun yanı sıra nefret duygusu, suçlayıcı, aşağılayıcı, yargılayıcı ve yasaklayıcı tutumlara karşılık (Fone, 2001; Akt. Başar, Nil ve Kaptan, 2010).

Homofobinin ilk kavramlaştırıldığı yıllarda bireysel süreçler üzerine vurgu yapılırken günümüzde homofobi kavramı belirli bir sosyal ve kültürel bağlam içerisinde, kurumlar ve sosyal geleneklerle ilişkili olarak ele alınması gereken politik bir alanda oluşan gruplar arası bir süreç olarak görülmekte ve önyargılı fikirler ile ayrımcı tutumları kapsamaktadır (Szymanski ve Chung, 2002; Göregenli, 2004). Eşcinsellik, insanlık tarihinin hemen her döneminde, her coğrafya ve kültüründe rastlanılan bir durumdur. Eşcinselliği kabulden yüceltmeye, baskılamadan yok sayma ve cezalandırmaya kadar farklı toplumsal tutumlar gösterilmiştir. Heteroseksüelliğin kabul edilebilir, meşru sağlıklı ve tek doğru cinsel yönelim olarak görülmesi, eşcinsellik ve biseksüelliğin daha aşağı bir cinsel yönelim olarak kabulü heteroseksizm olarak adlandırılır. Bu düşünce tüm canlıların heteroseksüel olduğunu kabulüne dayanır. Oysa eşcinsellik ve biseksüellik de insan cinselliğinin doğal görünümülerindendir. Homofobi heteroseksist düşünce tarzının doğal sonuçlarından biridir (Başar ve diğerleri, 2010). Homofob temelde heteroseksist ve ataerkil toplum yapısının dayattığı ideolojinin bir yansımasıdır dolayısıyla bu egemen ideoloji altında yaşayan eşcinsel bireylerin kendileri ile çatışmaya girmeleri, dışlanmak veya cezalandırılmaktan korkmaları ve bu

koru, kaygı, suçluluk ve utanç ile başa çıkma stratejilerinde problem yaşamaları kimi zaman kaçınılmaz olabilmektedir. Bu süreç yani LGBT bireylerin eşcinselliğe yönelik olumsuz yargılarını, tutumlarını ve sayılıtlarını içselleştirmesi, içselleştirilmiş homofobi olarak tanımlanmaktadır (Malyon, 1982; Shidlo, 1994). Öte yandan, Weinberg'in homofobi tanımında da belirttiği gibi homofobi sadece heteroseksüellerin eşcinsellere yönelik tutum ve davranışları ile sınırlı değildir; eşcinsel bireyler de homofobik tutum ve davranışlar sergileyebilmektedirler. Homofobi, heteroseksist ve ataerkil toplum yapısının dayattığı ideolojinin bir yansıması olduğuna göre, bu egemen ideoloji altında yaşayan eşcinsel bireylerin kendileri ile çatışmaya girmeleri, dışlanmak ve cezalandırılmaktan korkmaları ve bu korku, kaygı ve suçlulukla başa çıkma stratejilerinde problemler yaşamaları kimi zaman kaçınılmaz olabilmektedir (Öztürk ve Kındap, 2011:164). Eşcinsel bireylerin eşcinselliğe yönelik tutumlarını içselleştirmesi de "içselleştirilmiş homofobi" olarak tanımlanmaktadır. İçselleştirilmiş homofobi, izolasyon, kendini keşfetme korkusu, kendini kandırma ve eşcinsel/biseksüel değilmiş gibi davranma, kendinden nefret etme ve utanma, eşcinselliği ahlaki ve dini açıdan onaylamama, diğer eşcinsellere yönelik olumsuz tutumlar sergileme ve bir çocuğun eşcinsel bir çift tarafından büyütülmesi fikrine karşı olma gibi yollarla kendini gösterebilmektedir (Malyon, 1982; Shildo, 1994'den akt. Öztürk ve Kındap, 2011:164).

İçselleştirilmiş homofobiye karşı ilgi 1970'lerde homofobi hakkında yapılan araştırma çalışmalarından doğmuştur. Weinberg ilk olarak "homofobi" terimini 1972'de "heteroseksüel bireylerin eşcinselliğe karşı duydukları nedensiz korku ve hoşgörüsüzlük" olarak tanımlamıştır. İçsel homofobi, bireylerin eşcinselliğe karşı negatif davranış ve inanışları içselleştirme şeklini temsil eder. Weinberg homofobinin kendini LGBT bireylere şiddetten LGBT bireyler hakkında sarkastik olmak ve şakalar yapmak gibi birçok yolda ortaya çıkardığı hükmüne varmıştır. İçselleştirilmiş homofobi yaygın olarak heteroseksist değerleri yüceltip LGBTQ (Lezbiyen, Gay, Biseksüel, Transgender, Queer veya Sorgulayan) deneyimini yeren damgalayıcı bir kültürde yaşayan LGBTQ bireyler tarafından içselleştirilen negatif inançlar ve

varsayımlar olarak tanımlanır (Sherry, 2007). Bu negatif düşüncelerin içselleştirilmesi LGBTQ bireyler için bilinçli veya bilinçsiz şekilde gerçekleşebilir. Bir literatür incelemesi içselleştirilmiş homofobinin heteroseksüel olmayan bireyler için dört ana nedenden dolayı önemli bir konsept olduğunu belirtir: (a) İçsel homofobinin psikolojik sağlığa önemli bir etkisi vardır, (b) İçsel homofobi eşcinselliği yeren bir kültürde büyümenin sonucudur, (c) psikolojik sağlığı iyileştirmek için içselleştirilmiş homofobinin seviyesini terapi ile azaltmak önem taşır ve (d) İçselleştirilmiş homofobi heteroseksüel olmayan bireylerin özel psikolojik zorluklarını açıklamada önemli bir kurgudur (Shidlo, 1994).

İçselleştirilmiş homofobinin gelişme süreci karmaşıktır ve bireyin hayatının erken safhalarında başladığına inanılmaktadır. İçselleştirilmiş homofobi, karakteristik olarak, çocukların çoğunluğunun heteroseksüel evlerde yetiştirildiği ve heteroseksüel değerlerin öğretildiği, batı kültürlerinde sürdürülmekte ve desteklenmektedir (Meyer ve Dean, 1998). Geleneksel aileler heteroseksizm ile doludur, heteroseksüellerin LGBTQ bireylerden üstün olduklarına ve bu yüzden kendilerine LGBTQ bireylere göre daha çok hak vermesi gerektiği inancı oldukça hâkimdir (Szymanski ve Carr, 2008). Çoğu çocuk; ebeveynleri, diğer aile bireyleri ve toplum üyeleri tarafından küçük yaştan itibaren anti gay ve monoseksist düşüncelere maruz bırakılırlar. Özellikle, heteroseksüellik yanlısı mesajlar birinci dereceden ailede, okulda ve medyada çocukların erken yaşta toplumsal normlarını anlamalarını kesinleştirmek için yoğun çaba göstermektedir. Heteroseksizm cinsel azınlık gruplarına zorluk çıkaran kurumsal bir ideolojidir. Yasal sistem de eşcinselliğin damgalanmasına katkı sağlamaktadır. LGBTQ bireylerin evlenme hakkı engellenmektedir ve çocuk evlat edinmeleri yasaktır. Ayrıca, çoğu kültür herkesin heteroseksüel olduğu sanısıyla işlemektedir, bu da LGBTQ bireylerin statü olarak görünmez olmalarına neden olmaktadır. Heteroseksüel olmayan bireyler görünür olduklarında anormal, doğal olmayan ve ayrımcılığı hak eder olarak damgalanmaktadırlar. Bu toplumsal baskılar zirveye ulaşır ve LGBTQ bireyler toplumlarının geleneksel ideolojilerini sahiplenmeleri hakkında baskı hissedebilirler, bu da kendi cinselliklerine negatif değerler yüklemeleriyle



sonuçlanabilir (Shidlo, 1994). İçselleştirilmiş homofobinin gelişimi 'mağduriyete bağlı özellikler' teorisiyle istikrarlıdır (Allport, 1954). Allport damgalanan bireyler tarafından deneyimlenen önyargının onların defans tepkilerini devreye soktuğunu iddia eder. Bu defanslar damgalanan bireyde damgalama özelliği ile takıntılı bir endişe olarak dışarı çıkabilir. Buna bağlı olarak, tepki içselleştirilmiş olabilir ve kendine karşı nefretle ve/veya saldırgan ile özdeşleşme ile sonuçlanabilir. Sonuç olarak, LGBTQ bireyler azınlık statülerine uyum sağlamakta zorluk çekerler. Genellikle LGBTQ bireyler kendi cinsel kimliklerini, diğerleri tarafından kabullenilmek adına, gerçek kendileri ve otantik olmayan heteroseksüel kendileri arasında kavramsal ahenksizlik yaratarak bastırırlar. Böyle toplumsal önyargılarla yaşayan LGBTQ bireyler yükselen içselleştirilmiş homofobilerine duyarlı olurlar. Bununla birlikte araştırmalarda içselleştirilmiş homofobinin geleneksel cinsiyet rolleri, heteroseksist ideoloji, kendi cinsel yönelimine ilişkin çatışma duygusu, cinsel yönelimini çevresiyle paylaşmada sınırlılıklar lezbiyen/gey gruplarıyla iletişime girmedeki zorluklar, toplumdan ve lezbiyen/ gey topluluklarından algılanan desteğin sınırlı olmasıyla ilişkili olduğu ortaya konulmuştur (Herek, Cogan, Gillis ve Glunt, 1997; Szymanski, Chung ve Balsam, 2001).

Bu bilgiler ışığında içselleştirilmiş homofobiyi anlamamanın ve tespit etmenin (1) homofobik/ heteroseksist bir toplumda yaşamamanın sonucu olarak lezbiyen, gey ve biseksüellerin farklı düzeylerde deneyimledikleri gelişimsel bir fenomen olması (2) depresyon, düşük benlik-saygısı, yakın ilişki kurma ve ilişkiyi sürdürmedeki zorluklar, intihar eğilimi gibi psiko-sosyal problemlerle ilişkili olması (3) psikolojik problemlerden kaynaklı danışma hizmeti almak isteyen eşcinsel bireyleri anlamada ve yardımcı olmada açımlayıcı bir öge olması ve son olarak (4) içselleştirilmiş homofobiye ilişkin çalışmalarda elde edilen bilgiler, eşcinselliğe ilişkin yaşanan psikolojik stresi önleyici müdahale olanağı sunması açısından incelenmesinin önemli olduğu düşünülmektedir (Shidlo, 1994).

#### 1.4. ÖZ - ANLAYIŞ

Kişinin acılarına açık, duyarlı, kendisine karşı nazik ve şefkatli olurken bununla birlikte yetersizlik ve başarısızlık durumunda yargılayıcı olmayan bir tavır takınabilmesi ve de kendi deneyimlerinin insanların ortak deneyimlerinin bir parçası olduğu farkındalığı öz anlayış olarak tanımlanır. (Neff, 2003a). Neff (2003b) öz anlayışı faydalı bir duygusal düzenleme stratejisi olarak görmektedir. Çünkü olumsuz duygular daha olumlu bir duygu durumuna dönüştürülebilir. Böylelikle kişi mevcut durumu daha net bir şekilde kavrayabilir (Folkman ve Moskowitz, 2000; Isen, 2000). Öz anlayış bireyin acı ya da hataları karşısında kendisine anlayışlı davranmasının yanı sıra çaydırıcı bir nitelik de taşıyabilmelidir. Kişinin önceliklerinden biri de olanaklar ölçüsünde kendisine acı verecek durumlara dair önlem almak ve kendini korumak olmalıdır. Öz anlayış insanın iyi durumda olmasını sağlayacak önleyici davranışların arttırılmasına öncelik vermelidir (Neff, 2003a). Öz anlayış kavramının içeriğini anlayış (compassion) kavramı oluşturmaktadır. Anlayış, diğerlerinin acılarının farkında olmayı, ızdıraplarına duyarlı olmayı, bu ızdırap ve acılara karşı duyarsız olmamayı ve sakınmamayı, diğerlerine şefkatli olmayı, diğerlerinin ortaya çıkan ızdıraplarını hafifletme arzusunu ve başarısız olan veya yanlış yapan kimseleri yargılamadan anlamayı içermektedir (Deniz, Kesici ve Sümer, 2008). Neff'e (2003a) göre öz anlayışın üç ana bileşeni içerir:

- a) Kendine karşı kibar olma (Self-kindness),
- b) Genel insani özellikler ( Common Humanity),
- c) Düşünceli olmak (mindfulness) .

a) Self-Kindness (Kendine-Şefkat / Öz-şefkat /Öz-merhamet):

Şefkat (kindness) bireyin kendini yargılamadan anlayabilmesini içerir. Öz anlayışla kişi başarısızlıkları karşısında kendini aşırı bir şekilde eleştirmemeyi, yenilmişlik ve suçluluk duygularına kapılmadan kendine özgü ideal standartlar oluşturabilmeyi ve böylelikle ilerleme ve değişime doğru kendini yönlendirebilmektedir. Öz anlayış tüm bu yönlenim sürecinde kişinin kendisine karşı sabır ve nezaketini gerektiren daha sağlıklı davranışlar

edinebilme yolunda da kendini cesaretlendirebilme becerisidir. Öz anlayış sahibi birey karşılaştığı güçlükleri kaba ve eleştirel karşılamaktan çok, ılımlı ve anlayışlı bir şekilde karşılar (Germer, 2009). Bireyin kendine şefkati kendisine karşı sert, yargılayıcı olmamayı, yıkıcı öz-eleştiri yapmamayı içerir (Deniz, Kesici ve Sümer, 2008).

Öz-eleştiri birbiriyle bağlantılı iki süreçten oluşmaktadır. İlki bireyin kendisini oldukça hor görmesi ve öz-eleştirisinin kişisel tikslenme derecesinde bireyi etkilemesidir. İkincisi ise kişinin içtenlik, yatıştırıcılık, rahatlama, kendini sevme ve yönetme duygularındaki yetersizliklerdir.

b) Common Humanity (Ortak Paydaşım / Ortak insanlık) :

Ortak paydaşım, “kendi yaşadığı üzüntü verici bir durumun, sadece kendisinde olmadığını, diğer tüm bireylerinde yaşadığının bilincinde olarak, yaşamından hoşnut olması ve yaşamından doyum sağlaması” anlamına gelmektedir. Başarısızlıkla karşılaştığında, kendi kendini sert ve kırıncı eleştirmekten ve diğer bireylerle kıyaslamaktan ziyade, bu durumun insanlığın ortak tecrübesinin bir parçası olduğu bilincine sahip olması bilinciyle hareket etmesidir (Neff, 2003a, 2003b).

Ortak paydaşım anlayışına sahip olan bireyler, kendisi ile ilgili sorunlarda ayırım yapmak ve kendilerini diğerlerinden izole etmek yerine, karşılaştıkları ve yaşadıkları sorunları yaşamın getirdiği doğal bir sonuç olarak görerek, yaşadığı bu olumsuz durumların sadece kendilerine yönelik olmadığını ve diğer insanların da bu ve buna benzer sorunları yaşayabileceklerine ilişkin genel bir kanaate sahip olmaları ve bu durumları deneyim edinmenin bir aracı olarak algırlar ve yaşamlarını buna göre düzenlerler (Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2005).

Ortak paydaşım, bireyin içerisinde bulunduğu acı veya sıkıntı veren olumsuz duygulardan kaçınmak yerine bu olumsuz duyguları olumlu yönde ve kendisi lehine düzenlemesidir. Bu düzenleme süreci ise şefkat, anlayış ve ortak insani değerler içerisinde gerçekleşir. Ortak paydaşım, ilham kaynağını kültürlerden, evrensel değerlerden, adaletten, eşitlikten, bağımsızlıktan ve hoşgörüden alır. Ortak paydaşıma sahip bireyler, kültürel değerleri korurlar ve

diğer kültürel değerlere de saygı gösterirler. Adalet, eşitlik, özgürlük gibi temel demokratik değerlere inanırlar ve insani ilişkilerini buna göre düzenlerler. Hem kendilerine hem de diğerlerine hoşgörölü, anlayışlı ve nazik davranırlar. Çünkü bu ortak paydaşım, kültürel değerlerin ve evrensel değerlerin özünde vardır (Sümer, 2008). Ortak paydaşım bilinci ile ilgili diğer bir kavram da empatidir. Empatik karşılık, kendini başkasının yerine koyarak, kişinin kendisini yatıştırmasını destekleyerek bireysel gelişimine yardım etmeye dayanır. Empati, acı çeken bir kişini yerine kendini koymak, diğer kişilerin üzüntülerinin bilincinde olmaktır. Bu ortak bilinç tüm diğer insanlarla ilişkimizi ve birbirimize bağlılığımızı vurgular (Kirkpatrick, 2005). Goleman (2004)'a göre, empatinin kökeni öz-bilinçtir. Ona göre, duygularımıza ne kadar açıksak, hisleri okumayı da o kadar iyi beceririz. Kendisinin ne hissettiği hakkında hiçbir fikri olmayanlar, çevrelerindeki kişilerin ne hissettiğini anlamazlar.

c) Mindfulness (Bilinçli Farkındalık):

Bilinçli farkındalık, “yaşamında bir çok acı verici duygularla karşılaşsa bile, onların etkisi altında kalmaksızın, önyargılarının farkında olması ve bunları kabul etmesi”dir. Bilinçli farkındalık, bireyin, olumsuz duyguları ortaya çıktığında onları değiştirmeye ya da bastırmaya çalışmadan, aynı zamanda onlardan da kaçmadan, kendini yargılamadan, olumsuz duygulara ilişkin açık düşünmeyi tercih etmesidir. Düşüncelilik, şu anda olduğu gibi, tüm kişisel yaşamda, ne olursa, kötü, sağlıklı veya sağlıksız, kendini yargılamak yerine iyi olmayı yeğlemektir. Bireylerin kendilerini yargıladıkları en önemli önyargıları, kendilerinde gördükleri pozitif nitelikleri fazla abartmalarıdır. Bu durum, kendilerini başkalarından üstün veya ayrıcalıklı gören bireylerde, içsel çatışmalar, mutsuzluk ve izolasyon gibi özelliklerin görülmesine yol açabilmektedir (Kirkpatrick, 2005). Düşünce eksikliği iki şekilde kendini gösterir. Rahatsız edici duygu ve düşüncelere hoşgörüsüz olmak veya inkar etmek, yargılamak veya tümüyle bunların ağına düşmektir (Neff, 2003b). Bilinçli farkındalığa sahip bireyler, acı ve ızdırap veren sorunlarla karşılaştıkları zaman, bu sorunların üzerine yoğun bir şekilde odaklanmak ve bunlara aşırı bir anlam yüklemek yerine, sorunların bilincinde olup, olumsuz

yargılamayı ortadan kaldırır, öz-eleştiriye hafifletir ve kendini anlamayı yükselterek, öz-şefkatini arttırmaları. Birey herhangi bir sorunla karşılaştığı zaman düşüncelilik mekanizmasını niyet, dikkat ve davranış/tavır öğelerine göre çalıştırmalıdır. Bu öğeleri temel alarak mekanizmayı çalıştırmak için, düşüncelilik mekanizmasını içinde bulunduğumuz anı ve sorunları, amaçlı ve özel bir yönteme dikkat ederek, yargılamayan bir niyete ve o ana göre düzenlemek gerekmektedir. Sonuçta, bireyde olumlu düşünceler gelişir ve olumsuz düşüncelerin etkisi hafifler ve böylece yaşadığı olumsuz durumlardan kendisine tecrübe edinmeye çalışır (Deniz, Kesici ve Sümer, 2008).

## **1.5. İLİŞKİSEL LİTERATÜR**

Bu bölümde, ilişkisel literatür yer almaktadır. Bağlanma stilleri ile depresyon, bağlanma stilleri ile içselleştirilmiş homofobi, bağlanma stilleri ile öz anlayış, öz anlayış ile depresyon ve içselleştirilmiş homofobi ile depresyon arasındaki ilişkilerin araştırıldığı çalışmalara yer verilmiştir.

### **1.5.1. Bağlanma ve Depresyon**

Bağlanma, Bowlby'nin (1973) tanımıyla beşikten mezara kadar devam eden ve bebeklikte temel bakım veren kişiyle kurulan ilişkidir ve bu süreç değişime karşı dirençlidir (Bretherton 1995). Bowlby (1973) psikopatoloji ile ruh sağlığı arasındaki ilişkiyi “çatallanarak ayrılan raylar” benzetimiyle açıklar. Erken yaşlardaki gelişim yolculuğuna sıcak, destekleyici ve ulaşılabilir ebeveynlerle başlayamayanlar bazen çoğunluktan ayrılarak farklı ve riskli bir yola yönelebilirler. Gelişimsel psikiyatri yaklaşımını da kullanarak Bowlby (1988), erken yaşlarda gelişen ve içselleştirilen bağlanma stillerinin yaşam boyu gelişimini, özellikle de ruh sağlığını doğrudan etkilediğini ileri sürmüştür. Bağlanma kuramına göre, erken yaşlarda ebeveynleriyle olumsuz yaşantıları sonucu güvensiz bağlanma stili geliştiren kişiler, sadece yakın ilişkilerinde sorunlar yaşamazlar, aynı zamanda stres altında işlevsel olmayan tepkileri nedeniyle psikopatolojilere de yatkınlık gösterebilirler. Bu nedenle güvensiz bağlanmanın çocuklukta ve yetişkinlikte bazı kişilik bozuklukları ve ruh sağlığı bakımından risk faktörü oluşturduğu ileri sürülmektedir (Dozier, Stovall ve Albus, 1999; Shorey ve Snyder, 2006). Örneğin, ona göre, güvensiz bağlanma

biçimleri nevrotik bir kişiliğin gelişmesine zemin oluşturur. Bağlanma kuramı, geçmişte bebeklik ve çocukluk dönemlerine ve bu dönemdeki temel bakım veren ile çocuk arasındaki ilişkiye odaklanırken, günümüzde yetişkinlerin sosyal ve romantik ilişkilerinde yaşadıkları duygusal, bilişsel ve davranışsal özellikleri anlamak için de kullanılan bir model haline gelmiştir. Bir duygulanım düzenleme kuramı olarak da kabul edilen bağlanma kuramına göre, erken dönemdeki temel bakım veren ve bebek arasındaki etkileşim yoluyla oluşan içsel çalışan modeller, kişinin kendini ve dünyayı nasıl anlamlandıracağı üzerinde etkili olmakta ve dolayısıyla bireyin kişilik gelişimi ve bu doğrultuda ileride gelişebilecek depresyon gibi olası psikopatolojiler üzerinde belirleyici bir rol üstlenmektedir. Farklı ekolleri benimsemekte olan pek çok kuramcı, çocukluk yaşantılarının ve içsel çalışan modellerin (internal working models) yetişkinlik dönemine önemli yansımalarının olduğunu kabul etmektedir. Psikolojinin çeşitli alt alanları tarafından dikkat çekmekte olan kuram, klinik psikolojide de çeşitli psikopatolojilerin gelişimsel bağlamının ve yatkınlaştırıcı etkenlerinin anlaşılması açısından fayda sağlamaktadır. Pek çok araştırma, bir duygulanım düzenleme (affect regulation) kuramı olarak kabul edilen bağlanma kuramı çerçevesinde, duygulanım düzenleme sistemindeki yakınlık aramaya yönelik olan güvensiz strateji kullanımlarının depresyon ile olan ilişkisini görgül çalışmalar bağlamında incelemektedir.

Bağlanmada kaygı ve kaçınma davranışlarının erken dönemlerde çocukların ihtiyaç ve beklentilerinin yerinde, yeterince ve tam o anda karşılanmaması nedeniyle duyarsız ya da istikrarsız bakım veren davranışlarının ürünü olarak geliştiği kabul edilmektedir. Araştırma sonuçları özellikle çocuk gerginken, hastayken, stres altındayken ya da benzer ihtiyaç ve destek işaretleri verdiği zamanlarda ve durumlarda, bakım veren kişilerin (genellikle anneler) istikrarsız, yetersiz ve/veya dengesiz karşılık vermelerinin, öfkeli ve kaygılı olmalarının, benmerkezci veya orantısız müdahaleci davranmalarının çocukta bağlanma kaygısına neden olabileceğini göstermektedir. Bu türden bakım veren davranış örüntüleri sonucunda bağlanma kaygısı geliştiren bireyler, bu kaygıyla baş edebilmek adına strese karşı aşırı duyarlılığa neden olan yüksek aktivasyon (hyperactivating)

stratejilerini kullanırlar. Bu stratejiler sonucunda da yakın ilişki içinde buldukları kişilerin ulaşılabilirliğine ve davranışlarına yönelik olarak aşırı dikkat sarfederler ve bu yöndeki yanlış algıları keskinleşir. Bağlanma kaygısının dinamiğini yansıtan yüksek aktivasyon stratejisi ilişkilere ve ötekilere “yapışma”, sürekli onay ve yakınlık arama gibi davranışlarla kendini gösterebilmekte ve depresyon yatkınlığı için de ciddi bir risk faktörü oluşturabilmektedir (Mikulincer ve Shaver, 2007; Thompson, 1999).

Bağlanmada kaçınma davranışı ise bakım verenlerin çocuğun yakınlaşma, korunma ve destek ihtiyaçlarına soğuk, mesafeli ve öfkeli davranışlarla karşılık vermeleri sonucu oluşur. Bu türden bakım verenler özellikle çocukların duygularını ifade etmelerini engellemek ya da bastırmak suretiyle çocuğun duygularını ve davranışlarını kontrol etmeye çalışırlar. Böylelikle duygularını göstermemeyi ve bastırmayı öğrenen çocuk, bunları ortaya çıkaracak (ya da kontrol etmesini zorlaştıracak) yakınlaşmalardan kaçınır, destek aramaktan çekinir ve genel olarak kaçınma davranışı geliştirir. Stresle baş edebilmek için yakınlık ve destek ara(ya)mayan bu bireyler kompulsif düzeyde yüksek güven geliştirerek savunma ya da korunma stratejilerini güçlendirebilmeye çaba harcarlar. Bundan dolayıdır ki kaçınan bireyler stres durumunda duyguları ortaya çıkarabilecek aktivasyonu engellemeye (deactivating) dönük bir davranış stratejisi geliştirirler. Bu stratejinin kullanımı ise zaman içinde bağlanma sistemini tetikleyecek davranışlardan kaçınma, ötekilerinin yakınlık ve destek ihtiyaçlarına duyarsızlaşmayı içeren davranışlara dönüşür. Kaçınma temelindeki “deaktivasyon”, aşırı engelleme ve bastırmaya bağlı olarak farklı somatizasyonlar gösterme, alkole yatkınlık ve kompulsif davranış riskini artırır (Mikulincer ve Shaver, 2007). Bağlanma ve psikopatoloji arasındaki ilişkiler son yıllarda genel olarak bu iki temel bağlanma boyutu (kaygı ve kaçınma) ve bu boyutlarla ilişkili iki temel stresle başa çıkma stratejileri (yüksek aktivasyon ve aktivasyonu engelleme) dikkate alınarak incelenmektedir. Araştırma bulguları; kaygı ve kaygıya dayanan aşırı aktivasyon stratejisinin içselleştirme sorunlarıyla ( depresyon vb.), kaçınma ve kaçınmaya dayanan bağlanma aktivasyonunu engellenme stratejisinin ise dışsallaştırma sorunlarıyla

(somatizasyon vb.) ilintili olabileceğine ilişkindir (Akt: Sümer, Ünal, Selçuk, Kaya, Polat ve Çekem, 2009).

Bowlby'nin çalışmalarından başlayarak güvensiz bağlanma stili bireyin sonraki yaşam dönemlerinde psikopatolojinin belirleyicisi olarak düşünülmüş, güvenli bağlanma stili ise sağlıklı süreçlerle ilişkilendirilmiştir. Doğanın özgün modelini güvenli bağlanma stili olduğu bilinmektedir. Güvensiz bağlanma stilleri olan kaygılı/ikircikli bağlanma anksiyete bozuklukları ve depresif bozukluklarla, kaçınan bağlanma stili ise davranış bozukluğu ve diğer dışa vuruk patolojilerle ilişkilendirilmiştir. Dağınık bağlanmanın (dezorganize/dezoryante) disosiyatif bozukluklarla birlikteliğinden söz edilmiştir (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011).

Psikiyatrik tanı grupları ile yapılan çalışmalarda da kaygılı bağlananların güvenli ya da kaçınan bağlanma stillerine sahip olan bireylere oranla daha fazla depresyon tanısı aldığı ya da depresyon belirtileri gösterdiği bulgulanmıştır (Cole-Detke ve Kobak, 1996).

Olumsuz benlik modeli (düşük özsaygı) ve ötekilerinin onayına sürekli ihtiyaç duyma gibi özellikleri nedeniyle, bağlanma kaygısının depresyon yatkınlığı ile ilişkili olduğu pek çok çalışmada ortaya konmuştur (Simpson ve ark., 2003). Kaçınmacı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalar ise karmaşık bulgular vermektedir. Kimi çalışmalar kaçınmacı bağlanma ile depresyon yatkınlığı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu gösterirken (Wei, Liao, Ku ve Shaffer, 2011) kimi çalışmalar da ise kaçınmacı bağlanma ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki bulgulanmamıştır (Shaver, Schachner ve Mikulincer, 2005). Yapılan bazı çalışmalarda iki güvensiz bağlanma stilinin (kaygılı ve kaçınmacı) farklı depresyon belirtileriyle ilişkisine bakılmı; kaygılı bağlanmanın diğerleri ile ilişkilere bağlı belirtilerle (örn. Kıskançlık, aşırı bağlılık, onay arama), kaçınmacı bağlanmanın ise başarıya aşırı yönelme, yalnızlık vb. belirtilerle ilişkili olduğun ortaya konulmuştur (Mikulincer ve Shaver, 2007).

Pielage, Gerlsma ve Schaap (2000) güvensiz bağlanmanın stres ile psikopatoloji arasında bir aracı (taşıyıcı) değişken mi yoksa stresi artırarak



psikopatolojiye yol açan nedensel bir (bağımsız) değişken mi olduğu yönünde bir çalışma yapmışlardır. Çalışmada güvensiz bağlanma örüntüsünün aracı değişkenden ziyade nedensel bir faktör olduğunu ve aslında stresli olayların bağlanma stilleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini bulgulamışlardır. Dolayısı ile yüksek kaygı ve kaçınmaya sahip bir birey başından geçen olayları daha stresli olarak algılayarak psikopatolojiye de daha yatkın hale gelebilmektedir.

Güvensiz bağlanma stiline, duygulanım düzenleme ile ilgili sorunların ve buna bağlı olarak kullanılan aşırı harekete geçirici stratejilerin depresif semptomatolojiyle ilişkili olduğu fikrini destekleyen çok sayıda tutarlı veri bulunmaktadır. Bu bulguların ise geniş bir depresif belirti spektrumuna genellenebilir nitelikte olduğu düşünülmektedir. Bu çalışmalardan bir tanesini Cole-Detke ve diğerleri (1996), değişik seviyelerde yeme bozukluğu ve depresyon gözlenen üniversite öğrencisi kadınlar üzerinde yürüttükleri çalışma sonucunda; hareketsiz hale getirici stratejilerin çoğunlukla yeme bozukluğu belirtilerine sahip bireyler tarafından hiperaktive edici stratejilerin ise yüksek seviyedeki depresyon belirtilerine sahip kişiler tarafından kullanıldığını bulgulamışlardır. Carnelley ve arkadaşları (1994), depresif ve depresif olmayan üniversite öğrencileri üzerinde yürütmüş oldukları bir çalışmada, saplantılı ve korkulu bağlanma biçimine sahip bireylerin olumsuz bir kendilik zihinsel temsiline sahip oldukları ve depresif belirtiler gösterdiklerini bulgulamışlardır. Özellikle korkulu bağlanma biçiminin depresyona yatkınlıkla oldukça ilişkili olduğu ve bu biçimin depresyon için bir yatkınlık faktörü oluşturduğunu belirtmektedirler. Wei ve arkadaşlarının (2011) yapmış oldukları bir çalışmanın sonuçlarına göre ise yüksek düzeyde bağlanma kaygısına sahip kişiler, artmış düzeyde diğerlerinden güvence almaya ihtiyaç duymaktadır ve yazarlar bu ihtiyacın, kişilerin sahip oldukları depresyona yatkınlıklarını arttırdığını bulgulamışlardır. Araştırmalarının bir diğer bulgusuna göre ise bağlanma kaygısına sahip depresif kişilerin kendi kendini pekiştirebilme kapasiteleri de sınırlıdır. Dolayısıyla bağlanma kaygısına sahip kişilerin, kendi kendilerini pekiştirme kapasitesinin sınırlılıklarının yanısıra diğerlerinin garantisine ihtiyaç duymaları depresif semptomları ortaya çıkarmaktadır. Benzer bir çalışma

Strodl ve Noller (2003) tarafından 44 agorafobik, 25 major depresif bozukluğa sahip ve 53 hiçbir psikopatoloji bulunmayan kadın üzerinde yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre güvensiz bağlanma kategorisine ait olan onaylanma ihtiyacı ve ilişkilere karşı saplantılı olma boyutları majör depresif bozuklukla birebir ilişkilidir ve kişinin genel öz yeterlik duygusu, onaylanma ihtiyacı ve depresyon için ara değişken olarak ifade edilmektedir.

Deneysel bulgular gey gençliğin heteroseksüel akranlarına göre majör depresyon, genel kaygı bozukluğu, davranış bozuklukları, madde kötüye kullanımı ve bağımlılığı, çoklu bozukluklar, suisid davranışlar, cinsel riskli davranışlar ve genel sağlığını korumada yetersizlik açısından daha yüksek risk altında olduğunu göstermektedir (Fergusson, Horwood ve Beautrais, 1999; Lock ve Steiner, 1999).

### **1.5.2. Bağlanma ile İçselleştirilmiş Homofobi**

Yakın zamanda Hazan ve Shaver (1987), Bowlby'nin (1982) benlik ve diğerlerine ait içsel işlemsel modellerin oluşumuyla sonuçlanan, bebek ve bakım veren bağımlı anlatan çalışmasından esinlenerek yetişkin romantik sevgisini bir bağlanma süreci olarak yeniden şekillendirmişlerdir. Hazan ve Shaver (1987) tarafından öne sürülen psikodinamik bağlanma teorisinde; bebeğin ilk bakıcısı ve bebek arasındaki bağlanma stiline bebeğin diğer insanları anlama ve benlik duygusu geliştirmesinde temel teşkil etmekte ve bu yetişkinlikte diğer insanlarla nasıl yakın ilişkiler kuracağına dair bir model oluşturmaktadır. Bakım verenin tepki düzeyinin ve bebekle etkileşimin niteliğinin kalıcı etkileri olacağını; annenin bakımının çocuğun özsaygısını belirleyerek ve başkalarının çocuğa yönelik olumlu ya da olumsuz görüşlerini oluşturacağını belirtilmektedir.

Eşcinsel bireylerin ebeveyn ilişkilerini ele alan çalışmaların çoğu ebeveynliğe ilişkin çocukluk deneyimlerini araştırmıştır. Klinik çalışmalar (Evans, 1969) eşcinsel erkeklerin yakın temasta olan kontrolcü anne ve mesafeli reddedici baba modeli bildirdiklerini söylemektedir. Klinik olmayan küçük örneklerde eşcinsel erkekler heteroseksüel erkeklere göre anne babalarını daha reddedici ve daha az sevgi dolu olarak tarif etmişler (Milic ve

Crowne, 1986; Siegelman, 1981). Heteroseksüel, gey erkekler ve lezbiyenlerden oluşan klinik olmayan bir başka grupta yapılan çalışma da benzer sonuçlar vermiştir (Thompson, Schwartz, McCandless, Edwards, 1973). Ancak, erken ebeveynlik ve cinsel yönelim arasındaki bağlantı belirgin değildir (Bell, Weinberg, Hammersmith, 1981). Çocuk/bakım veren ilişkisinden kaynaklanan güvenli olmayan bağlanma eğer kurulan güvenli arkadaşlık, romantik partner veya topluluk ilişkileri mevcutsa, yeterince yoğun ve anlamlı olan model erken dönemde kurulamamış olan içsel işlemsel modellerin önüne geçebilir. Kurdek ve Schmitt (1987) ile Kippax ve arkadaşları (1993) çalışmalarıyla eşcinsel erkekler ve lezbiyenlerin gey toplumu içerisinde yüksek ölçüde destekleyici bağlantılar geliştirebildiklerini; bağlanma stillerinin erken ebeveynlikten çok bu ilişkilerden etkilendiği belirtmişlerdir.

Günümüze kadar, yetişkin bağlanma stilleri genellikle heteroseksüel örnekleme çalışılmıştır. Bu örneklemlerde, bağlanma stili tutarlı bir şekilde ilişki kalitesi ve istikrarını belirlemiş, bu değişkenlerdeki varyansı kişilik ölçümlerinden daha fazla açıklamıştır (Shaver ve Hazan, 1993). Ancak homoseksüel ve heteroseksüel çiftlerin ilişkileri birbirlerinden önemli ölçüde farklıdır. Bu iki tip ilişki özellikle cinsiyet rolleri ve toplum tarafından onaylanma açılarından farklılaşırlar (Cabaj, 1988). Bu farklılığı en iyi açıklayan model azınlık stres modelidir. Azınlık stres modeli bireyin sosyal statüsüne bağlı özel stres faktörlerinin psikopatiye katkı sağlayabileceğini öngörür ve toplumsal olarak ötekileştirilmiş gruplarda neden daha çok akıl sağlığı sorunlarının görüldüğünü açıklamaya yardım eder. Eşcinseller azınlık stresini, özel ve toplumsal kurumlardan (evlilikler, aileler) dışlanmak ve ön yargı gibi çeşitli kaynaklardan dolayı deneyimleyebilirler (Jones ve Gallois, 1989). Kurdek ve Schmitt (1987), yaptıkları çalışmada heteroseksüel evli çiftlerin homoseksüel çiftlere göre ailelerinden daha fazla destek algıladığını bulmuşlardır.

Araştırmacılar çoğunlukla lezbiyen, gey veya biseksüel bireylerin bağlanma şemalarının heteroseksüel bireylerinkinden farklı çalıştığı düşüncesiyle ilgili fazla destek bulamamışlardır. Ridge ve Feeney (1998) tarafından eşcinsel erkek ve lezbiyenlerle yapılan araştırmada eşcinseller ve

heteroseksüeller için bağlanma stillerinin görelî frekanslarını yakın bulmuşlardır. Mevcut çalışmada genel olarak sonuçlar gey ve lezbiyen bireylerde güvensiz bağlanmanın çok da sık görülmediği, güvensizliğin ilişki tatmininin düşük olması ve cinsel yönelimin açıklanmasına dair problemlerle ilişkili olduğunu göstermiştir. Ancak, bu benzerliklerin yanında lezbiyen, gey ve biseksüel bireylerin arkadaşlık, romantik ilişkiler ve toplumsal ilişkileri heteroseksüel bireylere göre daha çok önemsediği görülmüştür (Dorfman, Walters, Burke, Hardin ve Karanik, 1995; Grossman, D’Augelli ve Hershberger, 2000).

Erikson’a göre (1993) yetişkinlikte özel ilişkilerin kurulabilmesi için kimlik kazanımı gerekli bir ön koşuldur. Eşcinsel kimliğin oluşumuyla ilişkili olarak genellikle üç süreçten bahsedilir: öz tanımlama, öz kabul ve diğerlerine açılma (Elizur ve Mintzer, 2001). Öz kabul yargılayıcı ebeveynler, arkadaşlar ve çoğunluğu oluşturan heteroseksüel toplum tarafından tekrarlar ortaya konan onaylanmama deneyimlerinin etkisi altında utanma ile sonuçlanabilir ve bu durum benlik gelişimi ve takip eden ilişkilerin kurulmasında temel güçlükler yaratabilir (Kaufman ve Raphael, 1996). Malyon (1981,1982) genç eşcinsel erkeklerde görülen utanmanın çoğunluk olan toplumun homoseksüelliğe ilişkin olumsuz ve amaçsız fikirlerini içselleştirmek olarak tanımlanan içselleştirilmiş homofobiyle ilişkili olduğunu belirtmiştir. Eşcinsel erkeklerde tatmin sağlamayan ilişkilerin içselleştirilmiş homofobi (Romance, 1988) ve güvensiz bağlanma (Elizur ve Mintzer, 2003) ile ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur. Allen ve Oleson (1999) yaptıkları çalışmada utanma ve içselleştirilmiş homofobi arasında pozitif bir ilişki bulgulamışlardır. Lewis (1987) güvenli bağlanmanın düşük düzeyde utanma ile ilişkili olduğunu öne sürmüştür. Wells ve Hansen (2003) çocuklarıyla güvenli bağlanma gerçekleştiremeyen, destekleyici olmayan ebeveynlerin, çocuklarını utanç yaratabilecek deneyimler karşısında daha az koruyucu olacaklarına vurgu yapmışlardır. Mohr ve Fassinger (2003) cinselliği kabul etmedeki güçlüğü kaçınmacı ve kaygılı bağlanma stiline bağlı olduğunu söylemişlerdir. Güvenli bağlanma kimlik kazanımı ve öz kabul ile ilişkilidir (Elizur ve Mintzer, 2001).

Kaufman ve Raphael (1996) utanma ve kimlik kazanımındaki güçlükler arasında bir bağlantı olduğunu öne sürmüştür. Brown ve Trevethan (2010) buradan hareketle erkek eşcinsellerle yaptıkları bir çalışmada utanç, içselleştirilmiş homofobi, kimlik kazanımı, bağlanma stili ve bunların ilişki durumu ile bağlantısını araştırmışlardır. Araştırma sonuçları kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stili ve içselleştirilmiş homofobinin utanmayı belirlediğini göstermiştir.

Sherry (2007) lezbiyen, gey ve biseksüel örneklem ile yaptığı bir çalışmada içselleştirilmiş homofobi, utanma ve suçlulukla birlikte en sık görülen güvensiz bağlanma tiplerinin korkulu ve saplantılı bağlanma olduğunu bulgulamıştır. Mevcut çalışma güvenli bağlanmanın içselleştirilmiş homofobi, utanma ve suçlulukla negatif yönde ilişki içinde olduğunu göstermiştir. Ayrıca kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stiline eşcinsel erkeklerde algılanan ayrımcılık ve depresyon düzeyi arasındaki varyansın anlamlı bir bölümünü açıklamıştır.

Herek, Gillis ve Cogan (2009) cinsel azınlığa mensup yetişkinlerde içsel damgalanmanın sosyal ve psikolojik açıdan görüntülerini inceledikleri çalışmalarında açılma yaşamayan katılımcılara göre cinsel yönelimleri anneleri veya babaları tarafından bilinenlerin içselleştirilmiş homofobi puanlarını anlamlı derecede düşük bulmuşlardır. Yine mevcut çalışmada yüksek düzeyde öz-damgalanmanın düşük öz -saygıyla pozitif yönde güçlü bir korelasyon gösterdiğini ve bunun pozitif duygulanımda azalma, anksiyete ve depresyon belirtilerinde artma olarak ortaya çıkabileceğini bulgulamışlardır. Frost ve Meyer (2009) tarafından yürütülen bir çalışmada depresyonun içselleştirilmiş homofobi ve ilişki tatmini arasında aracılık yaptığı sonucuna ulaşmışlardır. Buna göre içselleştirilmiş homofobi öncelikle depresif semptomları belirgin bir şekilde arttırarak ilişki problemlerine neden olmaktadır.

Lezbiyen, gey ve biseksüel bireyler için sosyal ağların önemi düşünüldüğünde lezbiyen, gey, biseksüel ve heteroseksüel örneklem arasında görülen bağlanma stili farklılıkları anlaşılabilir. Bir çalışmada yaşlı heteroseksüel erkekler ailelerinden daha çok destek bulabilirken, yaşlı eşcinsel erkekler ve lezbiyenlerin arkadaşlarından daha fazla destek gördüğü

bulunmuştur (Dorfman ve diğeri, 1995). Farklı araştırmacılar da arkadaşların partnerlerden daha ulaşılabilir destek kaynakları olduğunun altını çizmiştir (Grossman ve diğeri, 2000). Sosyal destek bunun yanında içselleştirilmiş homofobi karşısında da koruyucu bir faktör olabilir. İçsel homofobi, heteroseksist inançlara değer verirken eşcinsel deneyim ve yönelimi değersizleştiren damgalayıcı bir kültürde yaşamak neticesinde, lezbiyen, gey ve biseksüel birey tarafından içselleştirilen olumsuz düşünce ve varsayımların sonucudur. İçsel homofobi eşcinsel deneyimini anlamada araştırma ve klinik pratikte önemli bir konsept haline gelmiştir, çünkü tüm eşcinsel bireylerin belirli bir derecede içselleştirilmiş homofobi yaşadığı ve bunun eşcinsel bireylerde psikolojik gerilime yol açtığı düşünülmektedir (Szymanski, Chung ve Balsam, 2001). Araştırmalar içselleştirilmiş homofobinin sosyal desteklerle ilgili tatmin ve genel sosyal destek ile negatif yönde ilişki içinde olduğunu göstermektedir (Szymanski, Chung ve Balsam, 2001). Birlikte bakıldığında, bağlanma ve içselleştirilmiş homofobi arasındaki ilişki önem taşır. Eğer bağlanma şemaları güvensizse, bu bireyleri destekleyici eşcinsel topluluğu aramaktan alıkoymaz. Destekleyen bir eşcinsel topluluğu olmadan, içselleştirilmiş homofobi riski yükselir, çünkü kişinin kendisini lezbiyen, gey ve biseksüelliğin pozitif ışığında görebileceği ayna vazifesi gören bir topluluk yoktur. Bunun yerine, birey diğerlerinin heteroseksüel ideal benlik görüntülerine yoğun bir şekilde maruz kalır ve bu birçok olumsuz sonuç doğurur. Bu olumsuz sonuçlar güvensiz bağlanmayı derinleştirir ve sürmekte olan dinamik işleyişi pekiştirir (Jones ve Gallois, 1989).

### **1.5.3. Bağlanma Stilleri ile Öz Anlayış**

Bireyin bebeklik döneminde, temel bakım verenlerle kurduğu ilişkisinin önemine vurgu yapan Bowlby'nin (1988) bağlanma kuramına göre bakım veren ve çocuk arasındaki bu ilişki çocukluk, ergenlik ve yetişkin yaşamına yansımaktadır. Doğumdan başlayarak yakın ilişki kurulan bireylerden sevgi, şefkat, ilgi, değer; başka bir deyişle kabul görmeye dair yaşam deneyimleri içselleştirilerek, yaşamın sonraki dönemlerinde de etkisini sürdürmektedir (Hamidi, 2012). Dolayısıyla, bebeklikte kurulan kişilerarası ilişkilerin niteliği ergenlik döneminde daha da netleşmekte ve yetişkinliğe erişimdeki süreçte

oldukça önemli bir rol oynamaktadır. Bebeğin ilk yıllarında bakım vereni ya da bakım verenleri ile kurduğu bağın ya da bağlanma biçiminin, hayatın sonraki yıllarında, örneğin ergenlik döneminde arkadaşlarıyla kurulan ilişkilerini, yetişkinlikte ise romantik ilişkiye gireceği kişilerle olan ilişkilerini ya da sosyal ilişkilerini etkileyebileceği söylenebilir (Bowlby, 1969, 1980, 1988).

Öz anlayış ile ilgili olarak ise bağlanma stilleri ile arasındaki ilişkiyi araştırmak üzere yapılan ilk çalışmaların sonuçları, bakım verenin çocuğa yönelik olarak yaptığı eleştirilerin ve diğer aile üyelerinin verdiği mesajların çocukta bağlanma şemaları ile öz anlayış üzerinde etkili olduğunu göstermiştir (Neff, 2003a).

Yapılan çalışmalar özellikle yetişkin bağlanması ile psikolojik ve fiziksel sağlık arasında güçlü ilişkiye vurgu yapmaktadır. Fakat bu ilişkinin altında yatan mekanizmalara dair çok az bilgi mevcuttur. Rague-Bogdan ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan bir araştırmada öz anlayış ve farkındalığın (mattery), pozitif psikoloji literatüründeki bu iki yapının, potansiyel aracı olduğu belirlenmiştir. Üniversite öğrencilerinin oluşturduğu örnekleme yapılan araştırmada, bağlanma, öz anlayış, farkındalık ve işlevsel sağlık arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Ayrıca öz anlayışın ve farkındalığın bağlanma oryantasyonu (kaçınmanın ve anksiyetenin derecesi) ve psikolojik sağlık üzerinde aracı etkisinin olduğu.

Bakım verenlerinin destekleyici nitelikte olduğu çevrede büyüyen bireyler kendilerine yönelik olarak şefkatli davranma yeteneği geliştirir. Bu iddiayı destekler şekilde, Neff ve McGehee (2010) bağlanmanın güvenli olmasının yetişkinler arasındaki öz anlayış derecesinin yüksekliğini belirlediğini bulmuşlardır. Ayrıca öz anlayış, kısmi olarak iyilik halinin belirleyicisi olarak algılanan temel destek, aile ilişkileri ve güvenli bağlanma arasındaki ilişkide aracı bir etkiye sahiptir. Diğer taraftan Neff ve McGehee (2010) güvenli bağlanma oryantasyonunun benlik değerine ve öz anlayışın şekillendirilmesiyle bağlantılı olan değerlerin geliştirilmesine katkıda bulunduğunu ortaya koymuşlardır.

Gilbert ve Irons'a (2005) göre öz anlayış, kendini teskin etme (self-slooting) ve bağlanma sistemlerini aktifleştirerek kişisel yetersizlikle karşılaşıldığında anksiyete ve izolasyon duygularının azalmasına yardımcı olmaktadır.

Pepping, Davis, O'Donovan ve Pal (2015) tarafından yapılan bir çalışmada, öz anlayışta bireysel farklılıklar; çocukluk dönemindeki ebeveyn yaşantıları ve bağlanmanın rolü araştırılmıştır. Öz anlayıştaki bireysel farklılıkların olası kökenlerine dair iki çalışma yürütülmüştür. Birinci çalışmada çocukluk dönemindeki ebeveynlikle ilgili geçmişe yönelik raporlar öz anlayışı yordamıştır ve bu etkiler üzerinde bağlanma kaygısının aracılık etkisi bulunmuştur. Ancak kaçınmanın herhangi bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Özellikle, yüksek oranda reddedilme, aşırı koruyuculuk ve çocukluk döneminde pek sıcak olmayan ebeveyn tutumunun düşük öz anlayışı yordadığı ve bu ilişkilerde bağlanma kaygısının aracılık ettiği ortaya konmuştur. Bağlanma ve öz anlayış arasındaki ilişkiyi deneysel olarak incelemek amacıyla ikinci çalışmayla bu kesitsel çalışma genişletilmiş ve bağlanmadaki güvenin artırılmasının öz anlayış durumunda da artışa neden olduğu belirtilmiştir. Bu bulguların sosyal zihniyet teorisi ile tutarlı olduğu vurgulanmıştır. Özellikle, eğer bir birey anlayış, rahatlık ya da destek arayışındayken uygun bir tepkiyle karşılaşarsa bunun, bireyin sosyal zihniyetini de geliştirdiği ve bu sayede bireyin bu sosyal zihniyetle ilişkili olan daha ileri davranış ve becerilerinin de (Gilbert, 2009, Akt: Pepping, Davis, O'Donovan ve Pal 2015 ) geliştiği belirtilmiştir. Bu çabalar reddedilme, eleştiri, aşağılama, düşmanlık ya da aşırı koruyuculuk ile karşılık bulursa bireyin anlayış ihtiyacını düzenlemede daha az beceri geliştirmesi ve bunun da daha düşük öz anlayışa (Gilbert, 2009. Akt; Pepping, Davis, O'Donovan ve Pal 2015) sebebiyet vermesinin mümkün olacağı ifade edilmiştir. İkinci araştırmanın sonuçları da bağlanma güveniyle yüksek öz anlayışın ilişkili olduğunu gösteren önceki araştırma bulgularıyla tutarlı olduğunu göstermektedir (Neff ve McGeehee, 2010). Zengin alanyazın kaynaklarının gösterdiği gibi bağlanma yönelimleri çocuklukta maruz kalınan ebeveyn niteliğinden etkilenebilmektedir ( Grossman ve ark., 2005; Mikulincer ve Shaver, 2007).



Wei, Liao, Ku ve Shaffer (2011) yaptıkları araştırmada; kaygılı bağlanma ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkide Neff'in (2003a, 2003b) öz anlayışın ve aynı zamanda, kaçınmalı bağlanma ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkide empatinin aracı rolünün olup olmadığını incelemişlerdir. Araştırmanın sonuçları öz anlayışın yetişkin topluluk ve üniversite öğrencilerinin kaygılı bağlanmaları ve öznel iyi oluşları arasında önemli bir aracılık etkisinin olduğunu göstermiştir. Özellikle, bu sonuç kaygılı bağlanma ve öz anlayış arasındaki negatif ilişkinin teorik yordamasını desteklemiştir. Kaygılı bağlanan bireylerde, öz-eleştiri yöneliminin olduğu (kendisiyle ilgili olumsuz işleyen model) ve kendi sıkıntılarında bunalmış gibi hissettikleri (hiperaktivasyon), kendilerine karşı nazik olmadıkları, olumsuzlukları sadece kendi başlarına geliyormuş gibi abarttıkları ve acı veren düşünceler ve hislerden ezilmış gibi hissettikleri belirtilmiştir. Mevcut çalışma öz anlayış ve öznel iyi oluş arasında da pozitif yönde bir ilişki olduğunu göstermiştir. Wei, Liao, Ku ve Shaffer (2011)'ın araştırma bulguları, bağlanma kaygısı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı rolünün olduğunu göstermektedir. Bu sonuç kaygılı bağlanma ile öznel iyi oluşun direkt olarak ilişkili olmadığını, bu ilişkide öz anlayış eksikliğinin aracılık etkisinin olduğunu ve bunun da kaygılı bağlanma ile öznel iyi oluş arasındaki negatif yöndeki ilişkiyi açıklamada katkısının olduğunu ortaya koymaktadır.

Cunha, Martinho, Xavier ve Espírito-Santo (2013) pozitif duygularla ilgili ilk anılar ve bunun ergenlerdeki bağlanma stilleri, öz anlayış ve psikopatoloji ile ilişkilerini araştırdıkları çalışmalarında şu sonuçlara ulaşmışlardır: Sıcaklık ve güvenle ilgili anılar kaygı ve depresyon semptomlarıyla orta düzeyde negatif yönde ve öz anlayışla orta düzeyde pozitif yönde ilişki göstermiştir. Buna ek olarak, çocukluk dönemindeki pozitif duygusal anılar bağlanma stilleri için yeterli düzeyde ayırt edici geçerlik ortaya koymuştur. Güvenli bağlanma sınıflandırmasında yer alan ergenlerin güvensiz bağlanan ergenlere kıyasla (ambivalent ya da kaçınan) önemli düzeyde daha fazla sıcak ve güvenli ilk anılara sahip oldukları görölmüştür. İlk pozitif anılar ve öz anlayış ergen topluluktaki kaygı ve depresyon semptomlarının yordanmasında önemli ve bağımsız katkılar sağlamıştır. Bu çalışma, çocukluk

dönemindeki duygusal anıların hatırlanması (örneğin sıcaklık ve güven duygusu) ile öz anlayış ve duygu düzenleme süreçleri arasında ilişkinin olduğunu göstermektedir. Bu nedenle, bu iki değişken ergenlerde depresyon ve kaygı semptomlarının gelişmesinde koruyucu faktörler olarak işlev görebilir.

Asano ve arkadaşları (2012), öz anlayış ve kendinden nefret etmenin bağlanma stilleri üzerindeki etkilerini inceledikleri çalışmalarında öz anlayış ölçeğinin alt ölçeklerinin terkedilme kaygısıyla yeterli düzeyde ilişki gösterdiğini bulgulamışlardır. Dahası, güvenli ve kaçınan bağlanma stilleri öz anlayışla, ambivalans ve düzensiz bağlanma stilleri kendinden nefret etmeyle ilişkili bulunmuştur. Bu nedenle, bireylerin bağlanma stilleri ile öz anlayışları arasındaki uyumu artırmak amacıyla özellikle de ambivalent ve düzensiz bağlanma stillerine sahip olanlara psikolojik müdahalelerin yapılmasının önemine vurgu yapmışlardır.

Moreira, Gouveia, Carona, Silva ve Canavarro (2014) öz anlayış ve ebeveynlik stresi arasındaki ilişkiyi ve bu değişkenlerin annelerin bağlanma yönelimleri ve çocukların yaşam kalitesi arasındaki ilişkideki aracı rolünü incelemişlerdir. Çalışmada, annelerin kendi annelerine yönelik geliştirdikleri bağlanma stillerinin çocukların öz anlayış ve ebeveynlik stresi bakımından yaşam kalitelerini dolaylı olarak etkilediği bulunmuştur. Özellikle, annelerin kendi annelerine yönelik geliştirdikleri yüksek düzeyde bağlanma kaygısı ve kaçınma nedeniyle kendilerinde düşük öz anlayış ve yüksek ebeveynlik stresi geliştirdikleri ve çocuklarının yaşam kalitelerini kötüleştirdikleri bulunmuştur. Bu sonuçlar annelerin bağlanması ile çocukların yaşam kalitesi arasında önemli bir ilişkinin olduğunu göstermiştir.

Gilbert, McEwan, Matos ve Ravis (2011) tarafından; başkalarına anlayış gösterme, başkalarından anlayış görme ve kendisi için anlayışlı olmaya dönük korkular ölçümlenmiştir. Aynı zamanda, kendisi için ve başkaları için anlayışlı olma ölçümleriyle öz-eleştiri, bağlanma stilleri, depresyon, kaygı ve stres arasındaki ilişkiler de araştırılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulgular kendisi için anlayış korkusunun başkalarından anlayış görme korkusuyla ilişkili

olduğunu ve her ikisinin de kendine soğukluk, öz-eleştiri, güvensiz bağlanma, depresyon, kaygı ve stres ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Kelly ve Dupasquier (2016), hatırlanan ebeveyn sıcaklığı, öz anlayış kapasitesi ve anlayış görme arasındaki ilişkide sosyal güvenin aracılık etkisini inceledikleri çalışmalarında ebeveyn sıcaklığı ve anlayış kapasitesi arasındaki ilişkide rahatlatıcı sistemin bir çıktısı olarak da düşünülen sosyal güven duygularının anahtar mekanizma olarak rol oynayabileceği teorilerini test etmişlerdir. Bir grup kadın üniversite öğrencileri ile yapılan çalışmada hatırlanan ebeveyn sıcaklığının daha yüksek kapasitede öz anlayışla (yüksek öz anlayış, düşük öz anlayış korkusu) ve anlayış görmenin (yüksek düzeyde sosyal destek görme, düşük düzeyde anlayış görme korkusu) genel duygusal deneyimler ve özellikle sosyal güven duygularıyla dolaylı olarak ilişkili olduğunu bulgulamışlardır.

Mario Mikulincer, Shaver, Gillath ve Nitzberg (2005), güvenin artırılmasıyla öz anlayışın ve özgeci davranışın artacağı hipotezini test etmek için (örtülü ve açık tekniklerle çalışılması sonucu elde edilen) İsrail ve Amerika’ da yapılan beş deneyi içeren bir araştırma yapmışlardır. Çalışmanın sonucunda, bağlanmayla ilgili olan ruhsal kaygı ve kaçınma öz anlayışı, kişisel sıkıntıyı ve özgeci davranışı teorik olarak yordanan şekillerde ters yönde etkilediği bulgulanmıştır.

Onkoloji hastalarında, psikolojik sıkıntı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı rolünün incelendiği; D’Alton ve arkadaşları (2015) tarafından yapılan çalışmada öz anlayışın psikolojik sıkıntı ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkide aracı rolünün olduğu görülmüştür. Bu aracı rolünün büyüklüğü korkulu bağlanma bildiren yetişkinlerde daha yüksek bulunmuştur.

Greene ve Britton (2015) bağlanma teorisini kullanarak, yetişkin LGBTQ örneğinde; çocuklukta algılanan sıcaklık ve güvenlik, öz anlayış, kişisel kontrol ve sübjektif mutluluk arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. Mevcut çalışmada sürekli değişkenlerin LGBTQ yetişkinlerin sübjektif mutluluğunu yordamasında katkısı ve öz anlayışın ve kişisel kontrolün çocukluk olumlaması ile yetişkin mutluluğu arasındaki ilişkide aracı etkisinin

olup olmadığı test edilmiştir. Bulgular, öz anlayışın aracı olarak öncelikli rol oynadığını ve ayrıca kontrolün mutluluğun yordanmasında önemli bir katkısının olduğunu doğrulamıştır.

Başbuğ (2014) tarafından bir grup lise öğrencisi örnekleme ile yapılan çalışmada, ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların neler olabileceğinin belirlenmesi ve bu konular ile bireylerin bağlanma tarzları, sahip olunan öz anlayış düzeyleri ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerin ele alınması amaçlanmıştır. Araştırma sonuçları, tüm temel değişkenlerin (ergenlik konuları, bağlanma tarzları, öz anlayış, psikolojik belirtiler) birbirleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Ergenlik dönemindeki bireylerin psikolojik belirtilerini yordayan değişkenleri belirlemek amacıyla yürütülen regresyon analizi, olumsuz kendilik algısı, olumsuz baba algısı, olumlu kendilik algısı, olumlu anne algısı, öz-yargılama, izolasyon, paylaşımların bilincinde olma, sağlık ve ekonomik konular değişkenlerinin psikolojik sağlığı yordayan değişkenler olduğunu göstermiştir. Model testi analiz sonuçlarında, bağlanma tarzları ile ergenlik döneminde zihni meşgul eden konular arasındaki ilişkide, Öz Anlayış Ölçeği'nin alt boyutlarının aracı rollerinin olduğu bulunmuştur. Ayrıca, ergenlik döneminde zihni meşgul eden konuların güvensiz bağlanma tarzı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilere aracılık etmesi, araştırmanın önemli sonuçları arasındadır.

Ele alınan araştırmalar genel olarak değerlendirildiğinde, öz anlayışın bağlanma stilleri ile ilişkili olduğu söylenebilir. Bowlby (1988), bireylerin kendilerini ve başkalarını, tıpkı çocukluk döneminde ebeveynlerinin ya da bakıcılarının kendilerini tedavi ettiği şekilde tedavi ettiğini belirtmektedir. Çalışmalar da bu hipotezi destekler niteliktedir. Genel örneklemin yanında kısıtlı sayıda da olsa öz anlayış ile bağlanma stillerinin ilişkilerinin araştırıldığı LGBT örnekleminde yapılmış çalışmaların olduğu gözlenmektedir.

#### **1.5.4. İçselleştirilmiş Homofobi ile Depresyon**

Çevreden kişiye kadar olan tüm süreçte, en yakın konumda yer alan içselleştirilmiş homofobi, içsel ve sinsi bir stres biçimini temsil etmektedir. Açıkça görülebilen olumsuz durumlar ortada yokken ve hatta kişinin azınlık

statüsü bile başarılı bir şekilde gizlenebilmişken, lezbiyenler ve gey erkekler olumsuz sosyal değerleri kendilerine yönelterek zarar görebilirler (Meyer, 2003). Thoits (1985: 222) bu süreci, kendini damgalamak olarak tanımlamış ve şöyle açıklamıştır: “rol üstlenme becerileri; kişilere, başkalarının hayali algılarından kendilerine bakmalarını sağlamaktadır. Kişi, daha önceden tasarlamış olduğu eylem planını dikkate alarak, başkalarının tepkilerini önceden tahmin eder ve tepki verir.” Malyon (1981-1982) içselleştirilmiş homofobi kavramını lezbiyenlerde ve gey erkeklerde toplumsal anti gey tutumların içselleştirilmesi olarak ifade etmektedir. Meyer ve Dean (1998: 161) içselleştirilmiş homofobiyi “gey bireyin, olumsuz toplumsal tutumları kendisine yönlendirmesi, kendi değerini düşürmesine sebep olması ve içsel çatışmalar ve düşük benlik saygısı ile sonuçlanması” olarak ifade etmiştir”. Kendilerinin damgalanmış cinsel yönelimlerini kabul ettikten sonra gey, lezbiyen ve biseksüel kişiler toplum içine çıkma (durumlarını açığa vurma/ifşa etme) sürecine başlamaktadır. En ideal biçimde, bu süreç aracılığıyla homoseksüelliklerini (eşcinselliklerini) yavaş yavaş kabul etmeye başlamakta ve cinselliklerini de bünyesine alan sağlıklı bir kimlik geliştirmektedirler (Cass, 1979, 1984; Coleman, 1981-1982; Troiden, 1989).

İçselleştirilmiş homofobi, damgadan kurtulmak için toplum içine çıkma ve bu sayede olumsuz benlik algıları ve tutumlarının üstesinden gelme sürecindeki başarısızlığı göstermektedir (Morris, Waldo ve Rothblum, 2001). İlk açılma süreci bunun en şiddetli halidir ancak, kişi homoseksüel olduğunu kabul ettiğinde bile homofobinin tamamen yok olması mümkün olmayabilir. İlk açılma güçlüğü ve anti gey tutumlara maruz kalmanın devam etmesi yüzünden, içselleştirilmiş homofobi eşcinsel bireyin hayatı boyunca psikolojik uyum sağlamasında önemli bir faktör olarak kalabilmektedir. Gey bireyler, ruh sağlığı problemlerine sebep olan ve benlik algılarıyla bütünleşen anti gey tutumların kalıntılarını çeşitli seviyelerde sürdürmeye devam edebilir (Cabaj, 1988; Hetrick ve Martin, 1984; Malyon, 1981-1982; Nungesser, 1983). Gonsiorek (1988:117) bu arta kalan içselleştirilmiş homofobiyi “örtülü” olarak tanımlamıştır. İçselleştirilmiş homofobinin örtülü biçimlerinin en yaygın olanı olduğunu ve örtülü içselleştirilmiş homofobinin etkisi altında kalan bireylerin

kendilerini kabul ediyor gibi görünebileceğini, ancak bu çabalarını pek çok şekilde sabote de edebileceklerini belirtmiştir.

Yapılan araştırmalarda içselleştirilmiş homofobinin; depresyon ve kaygı semptomları, madde kullanımı bozuklukları ve intihar düşüncesini kapsayan ruh sağlığıyla anlamlı ilişkisinin bulunduğu belirtilmiştir (DiPlacido, 1998; Meyer ve Dean, 1998; Williamson, 2000). Gonsiorek ve Rudolph (1991) gey erkekler ve lezbiyenlerin içselleştirilmiş negatif görüşlerinin yalnızca cinsel yönelim etrafındaki kendinden şüphe etme üzerine kurulu olmadığı ama depresyonu öngören genel bir kendinden nefrete sebep olduğu teorisini öne sürmüşlerdir.

Herek, Gillis ve Cogan (2015) tarafından yapılan bir araştırmada öz güvenin, içselleştirilmiş homofobi ile depresyon, anksiyete ve pozitif duygulanım arasındaki ilişkide aracılık rolünün olduğu belirlenmiştir. Yine aynı çalışmada içselleştirilmiş homofobinin uzun dönemli etkisi ve öz güvenin bu uzun dönemli etkide aracı rolü de değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarında, özgüven uzun dönemli olarak da içselleştirilmiş homofobi ile depresyon, anksiyete ve pozitif duygulanım arasındaki ilişkide aracılık etkisine sahip olduğu belirtilmiştir.

Bricker (2008) gey ve lezbiyenlerden oluşan bir örnekleme; duygusal yaklaşım ile başa çıkmanın, içselleştirilmiş homofobi ile ölçülen heteroseksist inanç mesajları ve algılanan stres düzeyleri, depresyon ve hayatın anlamı yapılarının ilişkisi olup olmadığını; bunun bir parçası olarak da ayrıca duygusal yaklaşım ile başa çıkmanın ve içselleştirilmiş homofobinin algılanan stres, depresyon ve hayattaki anlamın (varlığı) gibi akıl sağlığı değişkenlerinin göstergesi olup olmayacağını incelemiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara göre içselleştirilmiş homofobideki yüksek skorlar depresyonda yüksek skorları öngörmüştür. İçselleştirilmiş homofobideki yüksek skorlar hayattaki anlamda düşük skorlar ile ilişkilendirilmiştir. Duygusal yaklaşım ile başa çıkmanın ve içselleştirilmiş homofobinin gey erkeklerin ve lezbiyenlerin algılanan stres, depresyon ve hayatı anlamlandırma seviyelerini etkilediği belirtilmiştir.

Jones (2011) içselleştirilmiş homofobi, depresyon, sosyal destek ve ilişkiel görüngüler arasındaki ilişkiyi gey ve lezbiyenden oluşan bir örneklem grubunda incelemiştir. Mevcut çalışma ile sosyal destek ve depresyonun içselleştirilmiş homofobi ve ilişki işleme arasındaki ilişkiye olan aracı etkisinin değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Sonuçlar içselleştirilmiş homofobi ile kötü ilişki işleme ve az ilişki tatmininin ilişkilendirildiğini göstermiştir. Bu çalışma ayrıca içselleştirilmiş homofobi gibi azınlıkla alakalı stres faktörlerinin psikolojik sorunlarla daha büyük olasılıklarda karşılaşılmasıyla ilişkilendirilmesine destek veren kanıtlar sağlamış ve içselleştirilmiş homofobi düzeyleri depresyon formundaki bireysel sıkıntılar ile ilişkilendirilmiştir.

Herek, Cogan, Gillis ve Glunt (1998) tarafından yapılan, gey ve lezbiyenlerle çalışılan bir araştırmada, kadınların içselleştirilmiş homofobi skorlarının erkeklerinkinden düşük olduğunu; lezbiyen ve geylerde benzer olarak, içselleştirilmiş homofobiyle heteroseksüel arkadaşlara kendini daha az açma ve gey ve lezbiyen topluluklara bağlılık düzeyinin düşük olması arasında ilişki olduğu belirtilmiştir. İçsel homofobi düzeyi yüksek olan gey ve lezbiyenlerde daha fazla depresif belirti ve diğerlerine oranla daha fazla demoralizasyon görüldüğü, yüksek içselleştirilmiş homofobi düzeyi olan erkeklerin diğer erkeklere göre daha düşük özgüven gösterdiği ifade edilmiştir. Lezbiyen ve geylerde içselleştirilmiş homofobi düzeyiyle ebeveynlere açılma davranışı veya gelişimsel basamakların zamanlaması arasında bir ilişki olduğu vurgulanmıştır.

McLaughlin, Hatzenbuehler, Xuan ve Conron (2012) tarafından yürütülen “erken dönem olumsuz yaşantılara maruz kalma ve psikiyatrik hastalık durumunun cinsel yönelime göre farklılaşması” başlıklı araştırmalarının sonuçlarına göre gey, lezbiyen ve biseksüel katılımcıların psikopatoloji düzeyinin heteroseksüellerden yüksek olduğu belirtilmiştir. Gey, lezbiyen katılımcıların çocukluk istismarı ve konaklama ile ilgili olumsuzluklar yaşama ihtimali, biseksüel katılımcıların çocukluk istismarı, konaklama ile ilgili olumsuzluklar, yakın partner şiddeti yaşama ihtimalinin heteroseksüellere göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Çocukluk ve ergenlikte kurban seçilme ve olumsuz yaşantılara maruz kalmanın gey, lezbiyen ve biseksüel yönelimi

olanlarda intihar eğilimi, depresif belirtiler, sigara kullanımı ve alkol kötüye kullanımını anlamlı şekilde etkilediği tespit edilmiştir.

Frost ve Meyer (2009)'in “ lezbiyen, eşcinsel erkek ve biseksüellerde içselleştirilmiş homofobi ve ilişkinin niteliği” üzerine yaptıkları çalışmada; içselleştirilmiş homofobiyle, bireylerin arkadaşlarıyla aileleriyle ve romantik kişilerarası ilişkilerinin kalitesi ve yakınlığı arasındaki ilişki incelenmiştir. Özellikle, içselleştirilmiş homofobinin cinsel problemler, yalnızlık ve bireyin kişilerarası ilişkilerinin kalitesi ve çift olmuş bireylerde ilişki gerginlikleri (ör: ilişki çatışma, yanlış anlaşılmalara) ile ilişkileri incelenmiştir. İçsel homofobi, açıklık, topluluğa bağlılık ve depresif belirtiler azınlık stresi deneyiminin bağımsız yapıları olarak değerlendirilmiştir. Ardından hangi depresif belirtilerin içselleştirilmiş homofobi ve ilişki kalitesi arasındaki ilişkiyi yönlendirdiğine bakılmıştır. Araştırmanın sonuçları, içselleştirilmiş homofobinin özellikle çift olan bireyler olmak üzere tüm katılımcılarda daha ciddi ilişki problemleriyle ilişkili olduğunu ve öncelikle depresif semptomları belirgin bir şekilde artırarak ilişki problemlerine neden olduğu göstermektedir. Açık eşcinsellik ve içselleştirilmiş homofobi arasında negatif yönde güçlü bir ilişki olup, tüm katılımcılar ve çift olan katılımcılardan oluşan alt grupta ilişki kalitesini belirleyen faktörlerle arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Buna göre içselleştirilmiş homofobi ve açık eşcinsellik ilişkili kavramlar olsa bile aynı anlama gelmemektedirler. Gey, lezbiyen ve biseksüel bireylerde ilişki kalitesine etki eden açıklık değil, içselleştirilmiş homofobi olarak belirtilmiştir. Roll (2014) bir grup gey bireyle yaptığı çalışmada, diğer araştırmanın bulguları ile tutarlı olarak içselleştirilmiş homofobi ile depresyon arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Newcomb ve Mustanski'nin (2010) meta-analiz çalışmasında içselleştirilmiş homofobi ve ruh sağlığıyla ilgili 31 çalışma analiz edilmiş, yüksek düzeyde içselleştirilmiş homofobinin depresyon ve anksiyete gibi içselleştirilmiş ruh sağlığı problemlerinin daha fazla olmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur. Mevcut meta-analiz incelemesinde içselleştirilmiş homofobiyle depresyon arasındaki ilişkinin, içselleştirilmiş homofobi ve anksiyete arasındaki ilişkiden daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Bourn (2013) tarafından



gey, lezbiyen ve biseksüel bireyle yapılan çalışmada da içselleştirilmiş homofobi ile depresyon arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Igartua ve arkadaşlarının (2003) gey ve lezbiyen bireyle yaptıkları çalışmada ise içselleştirilmiş homofobinin depresyon puanlarındaki varyansın % 18'ini, anksiyete puanlarındaki varyansın % 13'ünü açıkladığı ve içselleştirilmiş homofobinin intiharı, depresyondan bağımsız olarak yordamadığı belirtilmiştir.

Herek ve arkadaşları (1997) tarafından gey, lezbiyen ve biseksüel bireyle yapılan başka bir çalışmada içselleştirilmiş homofobi ölçeğinde yüksek puan alan gey ve lezbiyenlerin, anlamlı derecede daha fazla depresif semptom bildirdikleri bulunmuştur.

Kaysen ve arkadaşları (2014) “cinsel azınlığa mensup erkeklerde cinsiyet rol karmaşası, heteroseksist ayrımcılık ve depresyon arasındaki ilişkinin belirleyicisi olarak içselleştirilmiş heteroseksüellik” başlıklı araştırmalarının sonuçlarına göre, içselleştirilmiş homofobi psikolojik zorlanma ile doğrudan ilişkili olup, dolaylı yoldan işlevsel olmayan baş etme yoluyla ilişkilidir. İşlevsel olmayan baş etmenin belirleyici olarak, işlevsel baş etme veya cinsel azınlığa özgü baş etmeye kıyasla depresyon ve anksiyete daha çok katkısı olduğu görülmüştür.

Szymanski, Dunn ve İkizler (2014) “Cinsel azınlığa mensup erkeklerde cinsiyet rol karmaşası, heteroseksist ayrımcılık ve depresyon arasındaki ilişkinin belirleyicisi olarak içselleştirilmiş heteroseksüellik” adlı araştırmalarında gey ve biseksüel örneklem grubu ile çalışmış ve yapılan çalışmanın sonuçlarına göre cinsiyet rol karmaşasının paternleri cinsel azınlığa mensup erkeklerin hayatları ve ruh sağlıkları üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur. İş, okul ve aile ilişkileri arasındaki çatışma, cinsel azınlığa mensup erkeklerde depresyonun biricik ve doğrudan belirleyicisi olarak ortaya çıkmıştır. Bunlara ek olarak, yapılan çalışma erkekler arasındaki bağlayıcı duygusal davranış depresyon ve heteroseksist ayrımcılık-depresyon ilişkilerinde içselleştirilmiş heteroseksüelliğin belirleyici rolünü ortaya koymuştur.

Bruce, Harper ve Bauermeister (2015) “azınlık stresi, olumlu kimlik gelişimi ve depresif belirtiler: cinsel azınlığa mensup genç erkeklerde dirençliliğin anlamları” adlı araştırmalarında ergenlikteki cinsel yönelimden dolayı damgalanma deneyimi ve gizleme stresinin majör depresif semptomlar üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu belirtilmiştir. Buna ek olarak, çalışmada içselleştirilmiş homofobi yolu kısmen cinsel yönelimin damgalanması deneyiminin majör depresif semptomlar üzerindeki etkisinden ve olumlu kimlik gelişimi yolu kısmen gizleme stresinden içselleştirilmiş homofobiye çevirmiştir.

Gençöz ve Yüksel (2006) tarafından bir grup gey ve biseksüel erkekle yaptıkları çalışmada içselleştirilmiş homofobinin özellikle depresyon ve anksiyete semptomları olmak üzere psikolojik problemlerle ilişkili olduğu bulunmuştur.

Yalçınoğlu ve Önal (2013), gey ve biseksüel erkek örneklemini üzerinde tarafından yapılan başka çalışmada ise, içselleştirilmiş homofobi düzeyi yüksek olan katılımcıların içselleştirilmiş homofobi düzeyi düşük olan katılımcılara göre depresyon düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu ve psikolojik sıkıntılarının anlamlı derecede daha fazla olduğu bulunmuştur.

Baydar (2015) gey, lezbiyen, biseksüel bireylerde içselleştirilmiş homofobi ve psikolojik sıkıntıları incelediği çalışmasında; içselleştirilmiş homofobi düzeyi yüksek olan gey, lezbiyen ve biseksüel katılımcıların anksiyete ve depresyon düzeylerinin, psikolojik sıkıntılarının ve intihar düşüncelerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Gey, lezbiyen ve biseksüel bireylerle yapılan çalışmalar çocukluk cinsiyet uyumsuzluğunun ayrımcılık deneyiminde öncülük ederek bireylerde reddedilme hassasiyeti yarattığını ve genel olarak bu bireylerin heteroseksüel karşıtlarına göre daha yüksek oranda ruhsal ve fiziksel sorunlar yaşamalarına neden olduğunu göstermektedir.

### **1.5.5. Öz Anlayış ile Depresyon**

Goetz, Keltner ve Simon-Thomas (2010: 351) duyarlılığı “öncelikli amacı güçsüz ve acı içinde olanı korumak; iş birliğini sağlamak olan farklı

duygusal deneyim” olarak açıklamıştır. Bu kendine özgü duygusal durum diğerinin acı çekmesine tanık olmaktan kaynaklanır ve yardım etmek için içselleştirilmiş bir arzuyu motive eder. Keltner ve Lerner (2010), duyarlılığı sempati, empati ve acıma gibi anlayışla ilgili durumları içeren geniş bir ailenin içine yerleştirirler. Bu modelde, duyarlığın eşleşmekte olan merhametli bireylerin öncelikli seçimleriyle sonuçlanan, zarar görmeye açık yavruya bakım verme tepkisinin bir parçası olarak evrimleşmiş, evrimsel bakımdan avantajlı bir kişisel özellik olduğu düşünülür. Batıda duyarlık genellikle diğer bireylere duyarlı olma açısından kavramsallaştırılır ancak Budist psikolojisinde diğer bireylere duyarlı olabilmesi için öncelikle bireyin kendine duyarlı olması gerektiğine inanılır. Budist gelenekleri merhameti şefkat, cana yakınlık ve ılımlılık gibi motivasyonel yapıları içeren bir sistem içine yerleştirir (Buddhaghosa, 1975; Hofmann, Grossman ve Hinton, 2011 Akt; MacBeth ve Gumley, 2012). Bu kavramlaştırma şeklinde, merhamet içsel stresi gidermeye yönelik dikkat ve niyet olarak anlaşılabilir (The Dalai Lama, 2001: Akt; MacBeth ve Gumley, 2012). Neff (2003a,b) öz anlayışa kişinin kendine karşı olan olumlu tutumu ve kendiyile sağlıklı ilişkisi olarak bakar. Neff (2003b: 87) öz anlayışı “ kişinin kendi acısından etkilenmesi ve buna açık olması, acısıyla bağlantısını koparmaya çalışmaması veya onu yok saymaması, kişinin acısını azaltma ve şefkatle iyileştirme arzusunda olmasıdır. Öz anlayış bunun yanında kişinin acısını, yetersizliklerini ve yenilgilerini yargılamaksızın anlamayı teklif etmeyi içerir; bu sayede kişinin deneyimi geniş kapsamlı insan olma deneyiminin bir parçasıdır” şeklinde tanımlamaktadır. Neff bunun yanında öz anlayışı depresyon ve anksiyete düzeylerinde düşüş ve hayattan alınan hazda artışla kendini gösteren, artan iyilik haliyle ilişkilendirmiştir.

Çok sayıda çalışma öz anlayışın, benlik kavramı, psikolojik işlevsellik ve ruh sağlığı üzerinde olumlu (MacBeth ve Gumley, 2012), olumsuz duygulanım ve depresyon ile negatif bir ilişki içinde olduğunu göstermektedir. (Neff, 2003a; Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007; Raes, 2010).

Pauley ve McPherson (2010) yaptıkları bir çalışmada depresyon veya anksiyetesi olan bireyler için öz anlayışın deneyimi ve anlamı incelenmiştir. Çalışmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında katılımcıların; kendi

deneyimlerine dayanarak öz anlayışın anlamlı bir şey olduğunu ve depresyon veya anksiyeteleriyle mücadele etmede yardımcı olacağını düşündükleri bulgulanmıştır. Öte yandan, depresyon ve anksiyete deneyimlerinin kendilerinde oluşturduğu olumsuz etkilerden dolayı öz anlayışlı olmanın kendileri için zorlayıcı olduğunu bildirmişlerdir.

Pinto-Gouveia, Duarte, Matos ve Fráguas (2014) kanser hastaları, kronik hastalığı olan katılımcılar ve sağlıklı katılımcılar ile öz anlayışın tıbbi sorunlar bağlamında önemini inceleyen bir çalışma yapmışlardır. Çalışma bulguları kanser hastaları ve kronik hastalığı olan katılımcıların sağlıklı katılımcılara kıyasla daha fazla depresyon, anksiyete ve stres bildirdiğini göstermiştir. Hasta gruplarının öz anlayış düzeyleri ile depresyon ve sıkıntı belirtileri arasında negatif ilişki bulunmuştur. Ayrıca hasta gruplarında daha yüksek öz anlayış düzeyleri daha yüksek psikolojik ve sosyal yaşam kalitesini yordamıştır.

Johnson ve O'Brien (2013) öz anlayış ve depresyon arasındaki ilişkinin mekanizmasını daha iyi anlamak için iki çalışma yapmışlardır. İlk çalışmalarında öz anlayış ve depresyon arasındaki ilişkide utanç, ruminasyon ve öz-güvenin aracılık ettiğini bulmuşlardır. İkinci çalışmalarında utanç eğilimli öğrencilerden utanç içerikli bir deneyimlerini anımsamaları istenmiştir. Sonrasında öğrenciler üç gruba ayrılırken bir grup bu deneyim hakkında öz anlayışlı yazmaya yönlendirilmiş, diğer gruba bu deneyim hakkında hissettiklerini ifade etmeleri söylenmiş, kontrol grubundan da bir şey yapmaları istenmemiştir. Öz anlayış grubunda olan öğrenciler duygu ifade edilen grupta olan öğrencilerden daha az utanç ve olumsuz duygulanım bildirmişlerdir. Ayrıca iki hafta sonra yapılan takip çalışması bulguları öz anlayış grubunda olan öğrencilerin utanç eğilimliliğinde ve depresif belirtilerinde azalma olduğunu göstermiştir.

Raes (2010) tarafından gerçekleştirilen bir araştırmada, öz anlayış ile depresyon ve kaygı arasındaki ilişkide tekrarlayan olumsuz düşünceler ve endişenin rolü incelenmiştir. Tanı almamış üniversite öğrencilerinin katılımcı olduğu bu çalışmada, öz anlayış ile depresyon arasındaki ilişkide tekrarlayan

olumsuz düşüncelerin anlamlı bir aracılık sergilediği; öz anlayış ile kaygı arasındaki ilişkide ise hem tekrarlayan olumsuz düşüncelerin hem de endişenin anlamlı bir aracılık sergilediği ortaya konulmuştur. Bu araştırmada, öz anlayışlığın depresyon ve kaygıya sebep olan işlevsel olmayan düşünmeye yönelik bir kalkan görevi gördüğü belirtilmiştir

Depresyon hastaları ile yapılan başka bir çalışmada ise, öz anlayış ile depresif semptomlar arasındaki ilişkide semptom odaklı ruminasyon ile bilişsel-davranışsal kaçınmanın tam aracı etkisi olduğu bulunmuştur (Krieger, Altenstein, Baettig, Doerig ve Holtforth, 2013).

Neff ve arkadaşları (2007), üniversite öğrencilerinin öz anlayış ile psikolojik uyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla iki çalışma gerçekleştirmiştir. Birinci çalışmada katılımcıların kaygı duymasını sağlayacak laboratuvar koşulları oluşturulmuştur. Bu araştırmayı gerçekleştiren araştırmacılar, öz anlayış düzeyi yüksek katılımcıların daha az kaygılandıklarını belirlemişlerdir. Ayrıca bu çalışmada öz anlayış düzeyi düşük olan katılımcıların zayıf yönlerinden söz edilirken daha çekingen davrandıklarına dikkat çekilmiştir. İkinci çalışmanın bulgularına göre ise öz anlayış ile sosyal bağlılık arasında olumlu; öz anlayış ile kendini yeme, depresyon ve kaygı arasında ise olumsuz yönde anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur.

Irons, Gilbert, Baldwin, Baccus ve Palmer, (2006) üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri bir araştırmada, akademik başarısızlık karısında öz anlayış temelli tepkiler üretememenin depresyon belirtilerine yol açtığını ortaya koymuştur.

Williams (2013), tarafından ergen öz anlayışının sosyal sınıf ve depresyon arasındaki ilişkiyi belirlemedeki etkisini araştırmayı kapsayan bir çalışmada; sosyal sınıfın iki ölçütü, sosyal kıyaslama ve edilgin davranış depresyonun anlamlı olarak belirleyicileri olup, olumsuz sosyal kıyaslama ve edilgin davranış eğilimleri artmış depresyona neden olduğu bulunmuştur. Öte yandan araştırma sonuçları artmış öz anlayışın azalmış depresyonu belirlediği ve sosyal sınıfın etkisini açıklarken de depresyonu belirlemeye devam ettiğini

göstermektedir. Öz anlayış düşük olduğunda, sosyal sınıf ve depresyon arasındaki bağlantı anlamlı iken; öz anlayış yüksek iken bağlantının anlamlı olmadığı bulgulanmıştır.

Öveç (2007), üniversite öğrencileri ile yaptığı bir araştırmada öz anlayış ile öz bilinç depresyon, kaygı ve stres arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Bu araştırmada öz anlayışın öz bilinç, depresyon ve kaygıyı anlamlı düzeyde yordayan bir faktör olduğu belirlenmiştir. Ayrıca öz anlayışlığın cinsiyet açısından farklılaşmadığı ortaya konulmuştur.

Bayramoğlu'nun (2011), Türkiye'deki üniversite öğrencileriyle öz anlayışın depresyon ve anksiyeteye ilişkisini aracı değişkenlerle incelediği çalışmasında yaşantısal kaçınma ve üstbilişler aracı değişkenler olarak incelenmiştir. Mevcut çalışmanın bulguları öz anlayışın depresyon, anksiyete, yaşantısal kaçınma ve üstbilişler ile negatif ilişki içinde olduğunu gösterirken, öz anlayışın depresyon ve anksiyete üzerindeki etkisinde yaşantısal kaçınma ve üstbilişlerin aracılık ettiğini göstermiştir.

Deniz, Kesici ve Sümer (2008) tarafından yapılan bir çalışmada farklı öz anlayış düzeyleri farklı olan üniversite öğrencilerinde anksiyete, depresyon ve stres düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırma bulgularına bakıldığında, düşük ve orta düzeyde öz anlayışa sahip üniversite öğrencilerinin depresyon, anksiyete ve stres düzeylerinin, öz anlayışı yüksek olanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine bakıldığında ise bu çalışmada anksiyete, depresyon ve stres düzeylerin yönüyle anlamlı bir farklılaşma bulgulanmamıştır.

Öz anlayışlılığa dair yapılan çalışmalar, öz anlayışın zorlantılı yaşantılar ile baş etmede koruyucu bir faktör olduğunu ve depresyon için bir tampon görevi üstlendiğini göstermektedir. Çalışmaların taranma sürecinde LGBT örnekleminde öz anlayış ile depresyon arasındaki ilişkinin araştırıldığı herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Çalışmalarda cinsel yönelimler ile ilgili herhangi bir kategorizasyon yapılmadığı ve çalışmalarda bu değişkenin dikkate alınmadığı gözlenmiştir.

## 1.6. ARAŞTIRMANIN AMACI

Bu araştırmanın amacı, lezbiyen, gey ve biseksüel bireylerde, bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin ve öz anlayışın aracılık rolünün belirlenmesidir. Bu amaçla ilgili değişkenler arası ilişkiler değerlendirilmiş ve şu alt problemlere cevap bulunmaya çalışılmıştır.

### 1.7.1. ARAŞTIRMA HİPOTEZLERİ

1. Bağlanma stilleri (Kaygılı ve Kaçınmalı) ile depresyon arasında doğrudan anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
  - a. Kadın (lezbiyen ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri (Kaygılı ve Kaçınmalı) ile depresyon arasında doğrudan anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
  - b. Erkek (gay ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri (Kaygılı ve Kaçınmalı) ile depresyon arasında doğrudan anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
2. Bağlanma stilleri ile içselleştirilmiş homofobi arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
  - a. Kadın (lezbiyen ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile içselleştirilmiş homofobi arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
  - b. Erkek (gay ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile içselleştirilmiş homofobi arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
3. Bağlanma stilleri ile öz anlayışı arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
  - a. Kadın (lezbiyen ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile öz anlayış arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
  - b. Erkek (gay ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile öz anlayış arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
4. İçsel homofobi ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
  - a. Kadın (lezbiyen ve biseksüel) örnekleminde içselleştirilmiş homofobi ile depresyon arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.

- b. Erkek (gey ve biseksüel) örnekleminde içselleştirilmiş homofobi ile depresyon arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
5. Öz anlayış ile depresyon arasında anlamlı bir ilişki vardır.
  - a. Kadın (lezbiyen ve biseksüel) örnekleminde öz anlayış ile depresyon arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
  - b. Erkek (gey ve biseksüel) örnekleminde öz anlayış ile depresyon arasında anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.
6. Bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin aracı etkisi vardır.
  - a. Kadın (lezbiyen ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin aracı etkisi vardır.
  - b. Erkek (gey ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin aracı etkisi vardır.
7. Bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisi vardır.
  - a. Kadın (lezbiyen ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisi vardır.
  - b. Erkek (gey ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisi vardır.



## KISALTMALAR LİSTESİ

- LGB : Lezbiyen, Gey ve Biseksüel,  
LGBT : Lezbiyen, Gey, Biseksüel ve Trans  
LGBTQ : Lezbiyen, Gay, Biseksüel, Transgender, Queer  
SEM : Structural Equation Modelling,  
APA : Amerikan Psikiyatri Birliği  
DSM :Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders  
KAYP1-3 :Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu Maddelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel,  
KACP1-3 :Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaçınmalı Bağlanma Alt Boyutu Maddelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel  
OZNEZ : Öz Anlayış Ölçeği Öz Nezaket Alt Boyutu Toplam Puanı,  
OZYARGI : Öz Anlayış Ölçeği Öz Yargılama Alt Boyutu Toplam Puanı,  
IZOLE : Öz Anlayış Ölçeği İzolasyon Alt Boyutu Toplam Puanı,  
BILINC : Öz Anlayış Ölçeği Bilinçlilik Alt Boyutu Toplam Puanı,  
ASIRIOZ : Öz Anlayış Ölçeği Aşırı Özdeşleşme Alt Boyutu Toplam Puanı,  
ORTAKIN : Öz Anlayış Ölçeği Ortak İnsanlık Alt Boyutu Toplam Puanı,  
LTB : Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Lezbiyen Topluluğuyla Bağlantı Alt Boyutu Toplam Puanı,  
LKK : Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Lezbiyen Olarak Kurumsal Kimlik Alt Boyutu Toplam Puanı,  
LYKDT : Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Lezbiyenliğe Yönelik Kişisel Duygular Alt Boyutu Toplam Puanı,  
DLYT : Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Diğer Lezbiyenlere Yönelik Tutumlar Alt Boyutu Toplam Puanı,  
DEP1-3 : Beck Depresyon Ölçeği Maddelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel  
ICP1-3 : Gey ve Biseksüel Erkekler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Maddelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel

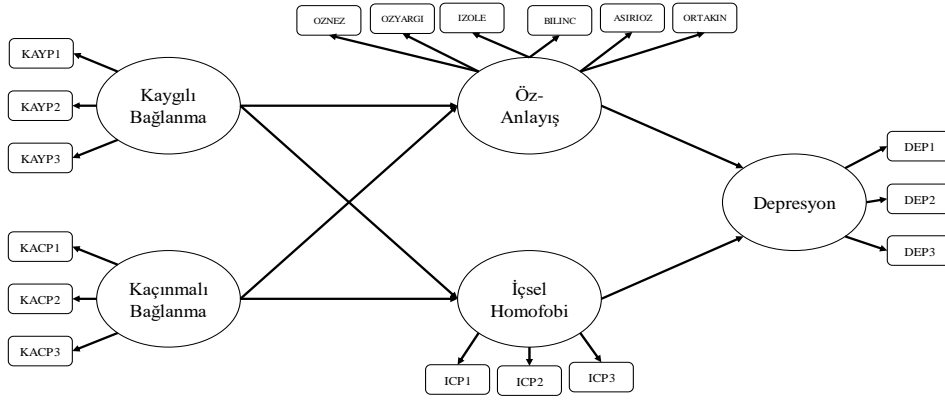
## 2.BÖLÜM

### YÖNTEM

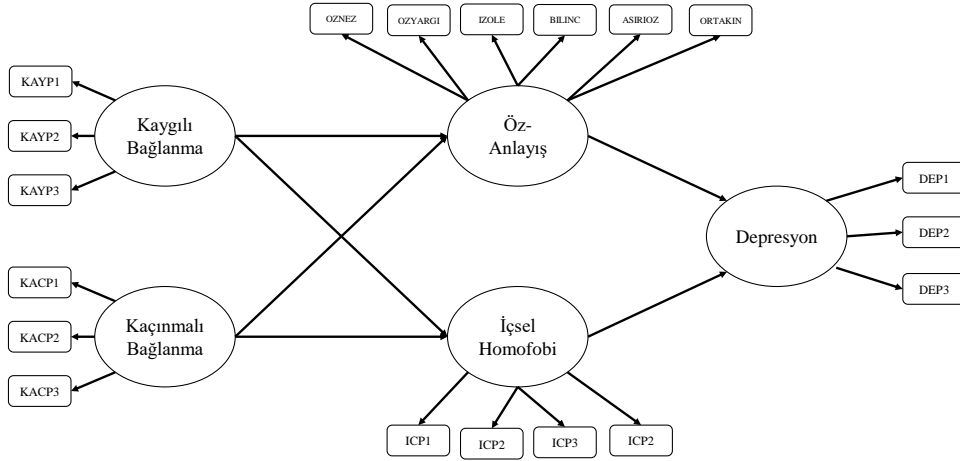
Bu bölümde araştırmanın modeli, evreni, örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplama işlemleri ve toplanan verilerin analiz edilmesinde kullanılan istatistiksel yöntemlere ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

#### 2.1. Araştırma Modeli

Araştırma betimsel bir çalışma olup, LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) bireylerde, bağlanma stilleri, içselleştirilmiş homofobi, öz anlayış ve depresyon arasındaki ilişkileri ortaya koymak için ilişkisel tarama modeline uygun olarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli, iki ya da daha çok sayıdaki değişken arasındaki birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2002). Araştırma kapsamında test edilmek üzere iki yapısal model belirlenmiştir. Modellerden biri erkek örnekleminde (Şekil 1) diğeri ise kadın örnekleminde test edilmiştir (Şekil 2).



**Şekil 1. Erkek örnekleme için yapısal model**



**Şekil 2. Kadın örnekleme için yapısal model**

Her iki grupta da ayrı modellerin test edilmesinin nedeni, iki grupta içselleştirilmiş homofobinin birbirinden farklı ölçme araçlarıyla ölçülmesi, dolayısıyla ölçme modellerinin farklılaşmasıdır. Bu nedenle her iki grup için hem ölçme modelleri hem de yapısal modeller ayrı ayrı test edilmiştir.

## 2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, 18-30 yaş aralığında, yaş ortalaması 22.73 olan ( $S_s=3.54$ ), 886 lezbiyen, gey ve biseksüel bireyden oluşmaktadır. Çalışma grubunda yer alan bireylerin cinsel yönelimleri, biyolojik cinsiyetleri, eğitim durumları, aylık gelirleri, medeni durumları, duygusal ilişki durumları ve ailede başka LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) birey olup olmadığı ile ilgili bilgiler Tablo 1'de sunulmuştur.

**Tablo 1. Çalışma Grubuna Ait Demografik Özellikler**

		N	%
Biyolojik Cinsiyet	Kadın	395	44,6
	Erkek	491	55,4
Cinsel Yönelim	Biseksüel-Erkek	118	13,3
	Biseksüel-Kadın	162	18,3
	Lezbiyen	233	26,3
	Gey	373	42,1
Eğitim Durumu	İlkokul mezunu	2	0,2
	Ortaokul mezunu	42	4,7
	Lise mezunu	137	15,5
	Üniversite Öğrencisi	404	45,6
	Üniversite/yüksekokul mezunu	301	34
Çalışma Durumu	Çalışmıyorum	409	46,2
	Çalışıyorum	477	53,8
Aylık Gelir	4500 TL'den fazla	57	6,4
	3501- 4500 TL	79	8,9
	2501- 3500 TL	77	8,7
	1501- 2500 TL	225	25,4
	700-1500 TL	103	11,6
	700 TL'den az	94	10,6
	Düzenli bir gelirim yok	251	28,3
Medeni Durum	Ayrı yaşıyor	12	1,4
	Birlikte Yaşıyor	47	5,3
	Dul/ Boşanmış	11	1,2
	Bekar	784	88,5
	Evli	32	3,7
Duygusal İlişki Durumu	Var	424	47,9
	Yok	462	52,1
Ailede LGBT Birey	Var	115	13
	Yok	771	87

Araştırma kapsamında verileri analiz edilen 886 kişinin 395'i (% 44.6) kadın, 491'i (% 55.4) erkektir. Katılımcıların, 118'i (% 13.3) kendisini Biseksüel-Erkek, 162'si (% 18.3) biseksüel-kadın, 233'ü (% 26.3) lezbiyen ve 373'ü (% 42.1) gey olarak tanımlamaktadır. Katılımcıların 404'ü (% 45.6) hali hazırda üniversite öğrenimine devam etmekte, 477'si (% 53.8) bir işte çalışmakta ve 225'inin (% 25.4) aylık geliri 1501 – 2500 TL arasındadır. Ayrıca, katılımcıların 784'ü (% 88.5) bekar, 462'si (% 52.1) hali hazırda bir duygusal ilişki yaşamamakta ve 771'inin (% 87) ailesinde LGBT bir birey bulunmamaktadır.

Katılımcıların yaşadıkları şehirlerle ilgili bilgi ise Tablo 2'de verilmiştir.

**Tablo 2. Katılımcıların Yaşadıkları Şehirler**

Şehir	N	Şehir	N
İstanbul	582	Muğla	3
Ankara	74	Artvin	2
İzmir	71	Aydın	2
Eskişehir	18	Bitlis	2
Antalya	17	Hatay	2
İzmit	14	Kocaeli	2
Adana	12	Manisa	2
Tekirdağ	9	Rize	2
Edirne	7	Bingöl	1
Kayseri	6	Çanakkale	1
Mersin	6	Elazığ	1
Sakarya	6	Gaziantep	1
Erzurum	5	Kırklareli	1
Adıyaman	4	Muş	1
Balıkesir	4	Van	1
Samsun	4	KKTC	8
Bursa	3	Berlin	3
Düzce	3	Helsinki	2
Konya	3	Paris	1

Tablo 2'ye göre 34 ilden katılımcı yer almaktadır. Katılımcı sayısına göre sıralandığında ilk üç il; İstanbul, Ankara ve İzmir'dir. Ayrıca katılımcıların 14'ü ise yurt dışında yaşamaktadır. Yurt dışında yaşayan katılımcıların sayısı az olduğu için verinin yapısını bozmayacağı varsayılmıştır. Çünkü çalışmanın geneli türk örneklemini yansıtmaktadır.

### **2.3. Veri Toplama Araçları**

Bu araştırmada katılımcıların depresyon düzeylerini belirlemek amacıyla "Beck Depresyon Envanteri", bağlanma stillerini belirlemek amacıyla "Bağlanma Stilleri Ölçeği (YİYE II)", öz anlayış düzeylerini belirlemek amacıyla "Öz Anlayış Ölçeği", erkek katılımcıların içselleştirilmiş homofobi düzeylerini belirlemek amacıyla "Gey ve Biseksüeller İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği" ve kadın katılımcıların içselleştirilmiş homofobi düzeylerini belirlemek amacıyla "Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği" kullanılmıştır. Bu ölçeklerle birlikte katılımcılarla ilgili demografik bilgileri

almak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu uygulanmıştır. Araştırma kapsamında kullanılan ölçekler ile ilgili detaylı bilgiler aşağıda verilmiştir.

### **2.3.1. Beck Depresyon Ölçeği**

Beck tarafından 1961 yılında geliştirilen Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), depresyonda görölen somatik, duygusal, bilişsel ve motivasyonel belirtileri ölçer. Ölçeğin amacı depresyon tanısı koymak değil, depresyon belirtilerinin derecesini objektif olarak belirlemektir. Ölçek, 21 belirti kategorisini içerir. Bunlar; duygu durumu, kötümserlik, başarısızlık duygusu, doyumсуzлuk, suçluluk duygusu, cezalandırılma duygusu, kendinden nefret etme, kendini suçlama, kendini cezalandırma arzusu, ağlama nöbetleri, sinirlilik, sosyal içedönüklük, kararsızlık, bedensel imge, çalışabilirliğin ketlenmesi, uyku bozuklukları, yorgunluk, bitkinlik, iştahın azalması, kilo kaybı, somatik yakınmalar, cinsel dürtü kaybıdır. Kişiden, o gün dâhil olmak üzere geçirdiği son hafta içinde kendini nasıl hissettiğini iyi ifade eden cümleyi seçmesi istenir. Her madde 0 ile 3 arasında puan alır. Bu puanların toplanmasıyla, depresyon puanı elde edilir. Alınabilecek en yüksek puan 63'tür. Toplam puanın yüksek oluşu, depresyon düzeyinin yüksekliğini gösterir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması 1980 yılında Buket Tegin tarafından yapılmıştır. Türkçe formunun güvenilirliği konusunda yapılan çalışmada, ölçeğin iki yarım test güvenilirlik katsayısı öğrenci grubu için .78, depresif hastalar için .61 olarak saptanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenilirlik katsayısı .65 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliği konusunda yapılan çalışmada, Beck Depresyon Ölçeği ile Depresyonda Bilişsel Tepkiler Ölçeği puanları arasındaki korelasyon katsayıları normal deneklerde .20, depresif deneklerde .52 ve şizofrenik deneklerde .33 olarak bulunmuştur. Beck Depresyon Ölçeği'nin bu araştırma için iç tutarlılık katsayısı .62 olarak hesaplanmıştır.

### **2.3.2. Bağlanma Stilleri Ölçeği (YİYE II)**

Fraley ve Shaver (2000) tarafından geliştirilen ölçeğin Türkiye'deki geçerlik ve güvenilirlik çalışması Selçuk ve arkadaşları (2005) tarafından

yapılmıştır. Ölçekte 18'i kaygı, 18'i kaçınma alt faktöründe olmak üzere yedili Likert tipinde toplam 36 madde vardır. Her bir alt boyuttan alınan puan 18 ile 126 arasında değişmekte ve ölçekten alınan puan arttıkça kaçınmacı bağlanma ya da bağlanma kaygısının arttığı söylenmektedir. Kaçınma alt boyutunun Cronbach alfa katsayısı 0,90 iken, kaygı alt boyunun Cronbach alfa katsayısı 0,86'dır. Ölçeğin kaçınma ve kaygı boyutlarına ilişkin test-tekrar test güvenilirliği katsayıları ise sırasıyla 0,81 ve 0,82'dir. (Selçuk ve ark.2005).

Bu araştırmada Bağlanma Stilleri Ölçeği'nin kaygı alt boyutu için iç tutarlılık kat sayısı .85, kaçınma alt boyutu için .72 ve ölçeğin geneli için ise .78 olarak hesaplanmıştır.

### **2.3.3. Öz Anlayış Ölçeği**

Neff (2003b) tarafından geliştirilen Self Compassion Scale'in (SCS) Türkçe uyarlaması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması Deniz ve arkadaşları (2008) tarafından yapılmıştır. Öz anlayış yapısının özelliklerini ölçmek amacıyla hazırlanan orijinal ölçekte, cevaplayanlardan belirtilen durumla ilgili olarak ne kadar sıklıkla hareket ettiklerini "Hemen hemen hiçbir zaman=1" ve "Hemen hemen her zaman=5" arasında değişen 5'li likert tipi bir ölçekte derecelendirmeleri istenmektedir. Alınan toplam puanın yüksek olması, öz anlayış düzeyinin yüksek olduğu anlamına gelmektedir. 26 maddelik öz anlayış ölçeği 6 alt ölçekten oluşur: öz-nezaket, öz-yargılama, ortak insanlık, izolasyon, bilinçlilik, aşırı-özdeşleşme. Araştırmacılar, Türkçe Öz Anlayış Ölçeği'nin (ÖAÖ) orijinalinde farklı olarak ölçeğin tek boyutlu bir yapı gösterdiği ve aynı zamanda madde toplam korelasyonunda .30' altında olan 2 tane maddeyi (1. ve 22. maddeler), ölçekten çıkartarak toplam 24 maddelik bir ölçek elde etmişlerdir. 26 madde için madde toplam korelasyonu, .029 ile .646 arasında değişmektedir. Dolayısıyla madde toplam korelasyonu .30'un altında olan ölçekten çıkartılmıştır. Ölçeğin güvenilirliği için madde analizine bağlı olarak hesaplanan Cronbach Alfa iç tutarlılık katsayısı .89'dur. Ayrıca iç tutarlılık katsayısı .89 ve test-tekrar test korelasyon .83 olarak hesaplanmıştır. Öz anlayış ölçeğinin ölçüt-bağımlı geçerliği ise, SCS ile RSES arasında  $r=.62$ ;

SWLS arasında  $r=.45$ ; pozitif duygu arasında  $r=.41$  ve negatif duygu arasında  $r=-.48$  düzeyinde ilişkiler saptamışlardır.

Bu ölçeğin, Akın ve arkadaşları (2007) tarafından da Türkçe'ye uyarlama çalışması yapılmıştır. Ancak Deniz ve arkadaşları (2008) tarafından geliştirilen form hem daha güncel olmasından hem de, üç ayrı örnekleme test edildiğinden dolayı tercih edilmiştir.

Bu araştırma için Öz Anlayış Ölçeği'nin iç tutarlılık katsayıları, Öz Nezaket alt boyutu için  $.57$ , Öz Yargılama alt boyutu için  $.60$ , Ortak İnsanlık alt boyutu için  $.61$ , İzolasyon alt boyutu için  $.57$ , Bilinçlilik alt boyutu için  $.61$ , Aşırı Özdeşleşme alt boyutu için  $.62$  ve ölçeğin tamamı için ise  $.81$  olarak hesaplanmıştır.

#### **2.3.4. Gey ve Biseksüeller İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği**

İçselleştirilmiş homofobi ölçeği 1997 yılında Herek ve ark tarafından geliştirilmiştir. İçselleştirilmiş homofobi ölçeğinin Türkçe geçerlilik güvenilirlik çalışması, Gençöz ve Yüksel (2006) tarafından yapılmıştır. İçselleştirilmiş homofobi ölçeği eşcinsel bireylerin cinsel yönelimleri ile ilgili rahatsızlıklarının ölçüsünü belirler. Bu skalanın orijinali 9 madde iken, Türkçe versiyonuna bir madde daha eklenmiştir. Bütün maddeler 5'li Likert tip skala ile 1 (kesinlikle katılmıyorum), 5 (kesinlikle katılıyorum) arasında değerlendirilir. İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğindeki maddeler Amerikan Psikiyatri Birliğinin 1980 DSM sınıflamasındaki ego-distonik homoseksüalite tanı kriterlerinin orijinal maddeleri kullanılarak oluşturulmuştur. Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması sırasında skalayı sonuçlandırmadan önce az sayıda gey erkek ile yüz yüze görüşmeler yapılmış ve bu görüşmeler sonucunda Türk eşcinsel erkeklerin eşcinsel olarak etiketlenmekten ve eşcinsel topluluğu ile ilişkilendirilmekten rahatsız oldukları tespit edilmiştir. Bu bilgidan yola çıkarak ölçeğin Türk versiyonu için bir madde daha eklenmiştir: 'Kadını olan erkek eşcinsellerle ilişki kurmaktan ve birlikte görünmekten kaçınıyorum'. Böylece Türkçe versiyonu 10 maddelik olmuştur .

Herek tarafından geliştirilen orijinal ölçekte, katılımcıların yüksek veya düşük İçselleştirilmiş homofobi düzeylerini belirlemek için, maddelerden en az



bir tanesini ‘katılıyorum’ veya ‘kesinlikle katılıyorum’ olarak işaretleyenler, ‘yüksek derecede içselleştirilmiş homofobisi var’ olarak kabul edilmiştir. Bu beklentiye uygun olarak bu ölçekte yüksek puan alanların, az puan alanlara göre daha fazla psikolojik sorun beklenmektedir. Ölçeğin orjnal formunun iç tutarlık katsayısı .82 ve test yarılama güvenilirliği de .82 olarak hesaplanmıştır. Bu ölçeğin bu araştırma için iç tutarlılık katsayısı .62 olarak hesaplanmıştır.

### **2.3.5. Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği**

Szymanski ve Chung (2001) tarafından lezbiyenlerin içselleştirilmiş homofobi düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilen ölçek 52 maddeden ve 5 alt ölçekten oluşmaktadır. *Lezbiyen Topluluğuyla Bağlantı - LTB* (Connection with the Lesbian Community) alt ölçeği, diğer lezbiyenlerle bağlantı düzeyini, onları sosyal destek ağı olarak algılayıp algılamadığını ya da lezbiyen kültürüne özgü materyallere aşinalığını ölçmeyi amaçlayan 13 maddeden oluşmaktadır. Lezbiyen topluluklarla sosyal ilişkide olma ile olmama arasında değişen ranjı vardır (örnek madde: “kendimi diğer lezbiyenlerden/biseksüel kadınlardan yalıtılmış ve uzak hissederim.”). *Lezbiyen Olarak Kamusal Kimlik - LKK* (Public Identification as a Lesbian) alt ölçeği bir kadının kendi lezbiyen kimliğini nasıl yönettiğini/düzenlediğini ölçmeyi amaçlayan 16 maddeden oluşmaktadır. Kendini keşfetme korkusu ve lezbiyen/biseksüel değilmiş gibi davranmadan, kimliğini başkalarına açıklamaya değişen bir ranjı vardır (örnek madde: “herhangi birinin lezbiyen/biseksüel olduğumu fark etmesinden kaygı duymam”). *Lezbiyen Olma Hakkında Kişisel Duygular - LKD* (Personal Feelings About Being a Lesbian) alt ölçeği 8 maddeden oluşmaktadır ve kişinin cinsel yönelimine ilişkin kendini reddetme ve kendilik kabul düzeyini ölçmeyi amaçlamaktadır (örnek madde: “kadınlardan hoşlandığım için kendimden nefret ediyorum”). *Lezbiyenliğe Yönelik Ahlaki ve Dinsel Tutumlar - LYADT* (Moral and Religious Attitudes Toward Lesbianism) alt ölçeği 7 maddeden oluşmaktadır. Bu alt ölçek kişinin suçlaması ile tolerans/kabul etmesi arasında değişen tutumlarını ölçmeyi amaçlamaktadır (Örnek madde: “heteroseksüel çiftler gibi, lezbiyen çiftlerin de evlat edinmelerine izin verilmelidir.”). *Diğer Lezbiyenlere Yönelik Tutumlar - DLYT* (Attitudes Toward Other Lesbians) alt ölçeği lezbiyen gruplarına yönelik kişinin kendini

ait hissedip hissetmemesini ölçmeyi amaçlayan 8 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte her bir madde yedi dereceli ölçek üzerinden değerlendirilmektedir (1 = hiç katılmıyorum, 7 = tamamen katılıyorum). Ölçekten elde edilen yüksek puan bireyin içselleştirilmiş homofobi düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Szymanski ve Chung (2001) alt ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlık katsayısını sırasıyla .87, .92, .79, .74 ve .77 olarak bulmuşlardır. Alt ölçekler arası korelasyon değerleri .37 ve .57 arasında değişmekte ve ölçeğin toplam Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı .94'tür. Alt ölçek puanları ile ölçeğin toplam puanları arasındaki korelasyon değerleri .60 ile .87 arasında değişmektedir. Araştırmacılar tarafından iki hafta arayla uygulanan test-tekrar test güvenilirlik katsayıları ise ölçeğin toplam puanı ve alt ölçekler arasında sırasıyla .93, .91, .93, .88, .75 ve .87'dir. Ayrıca araştırmada ölçekten alınan genel puanın benlik saygısıyla negatif yönde ( $r = -.26, p < .05$ ); yalnızlık düzeyiyle ise pozitif yönde ( $r = .41, p < .05$ ) ilişkili olduğunu gösterilmiştir. Bu araştırmada Balsam ve Szymanski'nin (2005) "biseksüel" kavramıyla uyarladıkları ölçek formu kullanılmıştır. Bu formun Cronbach alfa içtutarlılık katsayısı ise .89 olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması ve Türkçe formunun psikometrik özelliklerinin sınaması Öztürk ve Kındap (2011) tarafından yapılmıştır. Faktör analizi sonuçları ölçeğin faktör yapısının orijinal çalışmadan farklı olarak dört boyutlu olduğunu göstermiştir. Orijinal ölçekten farklı olarak Lezbiyen Olma Hakkında Kişisel Duygular ve Lezbiyenliğe Yönelik Ahlaki ve Dinsel Tutumlar alt ölçeklerinde yer alan maddelerin tek bir faktör altında yük aldığı görülmüş ve faktör *Lezbiyenliğe Yönelik Kişisel Duygular ve Ahlaki/Dinsel Tutumlar (LYKDT)* olarak isimlendirilmiştir. Ölçeğin, iç tutarlık katsayıları Lezbiyen Topluluğuyla Bağlantı alt ölçeği için .91; Lezbiyen Olarak Kamusal Kimlik alt ölçeği için .91; Lezbiyenliğe Yönelik Kişisel Duygular ve Ahlaki/Dinsel Tutumlar alt ölçeği için .88 ve Diğer Lezbiyenlere Yönelik Tutumlar alt ölçeği için .78'dir. Ölçeğin geçerliğine ilişkin olarak ise beklendiği gibi içselleştirilmiş homofobinin benlik saygısıyla ve yaşam memnuniyetiyle negatif yönde; yalnızlık düzeyiyle pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca cinsel yönelimi ailesi tarafından bilinen kadınların bilinmeyenlere göre içselleştirilmiş homofobi düzeylerinin daha düşük olduğu

görülmüştür. Sonuç olarak bulgular, ölçeğin lezbiyen ve biseksüel kadınların içselleştirilmiş homofobi düzeyinin farklı boyutlarının ölçülmesinde güvenilir bir araç olarak kullanılabileceğine işaret etmektedir. Ölçeğin bu araştırma için iç tutarlık katsayısı; Lezbiyen Topluluğuyla Bağlantı alt boyutu için .71, Lezbiyen Olarak Kurumsal Kimlik alt boyutu için .69, Lezbiyenliğe Yönelik Kişisel Duygular alt boyutu için .73, Diğer Lezbiyenlere Yönelik Tutumlar alt boyutu için .74 ve ölçeğin geneline ilişkin ise .79 olarak hesaplanmıştır.

#### **2.4. Verilerin Toplanması ve Analizi**

Çalışma grubundaki bireylere 2015 yılı içerisinde, Türkiye LGBTİ Birliği, Pembe Caretta LGIBTQ Oluşumu, MorEl Eskişehir LGIBTT Oluşumu, Lezbiyen Dayanışma Ağı, Lamdaistanbul Oluşumu, Mersin LGBT 7 Renk Oluşumu, İzmir LGBT-Dayanışma/Haberleşme Oluşumu, Afyon LGBT Oluşumu, Dersim Rojtia LGBT Oluşumu, Samsun Kızıl Okyanus LGBTİ Oluşumu, Erzincan LGBTİ Oluşumu, Kocaeli LGBT Oluşumu, LGBT News Oluşumu ve bu oluşumların Türkiye'deki diğer illerindeki katılımcıları aracılığı ile ulaşılmıştır. Veri toplama formunun doldurulmasının yaklaşık 15 dakika sürdüğü gözlenmiştir.

Verilerin % 65.7'si elden % 35.3'ü ise internet üzerinden toplanmıştır.

Araştırmada toplanan verilerin analiz edilmesinde Lisrel 9.1 ve IBM SPSS Statistic 21 paket programları kullanılmıştır. Gruplar arası farklılaşmanın belirlenmesi için Bağımsız Örneklem t-Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

Araştırma kapsamında belirlenen iki modelin test edilmesi için ise Yapısal eşitlik Modellemesi (YEM) kullanılmıştır. Yapısal eşitlik modellemesinde tahminleme yöntemi olarak En Çok Olabilirlik Metodu (Maximum Likelihood) uygulanmıştır. Araştırma kapsamında istatistiksel işlemlerde anlamlılık düzeyi .05 olarak belirlenmiştir. Yapısal modelin test edilmesinde iki aşamalı yaklaşım benimsenmiştir. Bu yaklaşıma göre modele ait ölçüm modeli ve yapısal modeller ayrı ayrı test edilmektedir (Şimşek, 2007).

Araştırma kapsamında ölçme modelleri ve hipotetik modellerin doğrulanıp doğrulanmadığı test edilirken uyum iyiliği indekslerinden ki-kare, CFI (Comparative Fit Index), GFI (Goodness of Fit Index), SRMR (Standardized Root Mean Square Residual), RMSEA (Root Mean Square Error of Approximation) ve NNFI (Non-Normed Fit Index) dikkate alınmıştır. Bu araştırmada kullanılan uyum iyiliği indeksleri ve kabul edilebilirlik sınırları Tablo 3'te (Çokluk, Şekercioğlu ve Büyüköztürk, 2012) verilmiştir.

**Tablo 3. Uyum İyiliği İndeksleri ve Kabul Edilebilirlik Sınırları**

Uyum Ölçüsü	Kabul için Kesme Noktaları	Kaynak
$X^2$	-	-
$X^2/ sd$	$\leq 3$ = mükemmel uyum	(Kline, 2005; Sümer, 2000)
	$\leq 5$ = orta düzeyde uyum	(Sümer, 2000)
GFI / AGFI	$\geq 0.90$ = iyi uyum	(Schumacker ve Lomax, 1996; Hooper, Coughlan ve Mullen, 2008; Kelloway, 1989; Sümer, 2000).
	$\geq 0.95$ = mükemmel uyum	(Hooper, Coughlan ve Mullen, 2008; Sümer, 2000).
RMSEA	$\leq 0.05$ = mükemmel uyum	(Brown, 2006; Jöreskog ve Sörbom, 1993; Raykov ve Marcoulides, 2008; Schumacker ve Lomax, 1996; Sümer, 2000).
	$\leq 0.06$ = iyi uyum	(Hu ve Bentler, 1999; Thompson, 2004).
	$\leq 0.07$ = iyi uyum	(Steiger, 2007)
	$\leq 0.08$ = iyi uyum	(Hooper, Coughlan ve Mullen, 2008; Jöreskog ve Sörbom, 1993; Sümer, 2000).
	$\leq 0.10$ = zayıf uyum	(Kelloway, 1989; Tabachnick ve Fidell, 2001)
RMR / SRMR	$\leq 0.05$ = mükemmel uyum	(Brown, 2006; Bryne, 1994)
	$\leq 0.08$ = iyi uyum	(Brown, 2006; Hu ve Bentler, 1999)
	$\leq 0.10$ = vasat uyum	(Kline, 2005).
CFI	$\geq 0.90$ = iyi uyum	(Hu ve Bentler, 1999; Sümer, 2000; Tabachnick ve Fidell, 2001).
	$\geq 0.95$ = mükemmel uyum	(Hu ve Bentler, 1999; Sümer, 2000; Thompson, 2004).
NFI/NNFI	$\geq 0.90$ = iyi uyum	(Kelloway, 1989; Schumacker ve Lomax, 1996; Sümer, 2000; Tabachnick ve Fidell, 2001; Thoompson, 2004).
	$\geq 0.95$ = mükemmel uyum	(Hu ve Bentler, 1999; Sümer, 2000)

Araştırma kapsamında test edilmek istenen hipotetik modeller test edilmeden önce yapısal eşitlik modellemesinin ön koşullarından biri olan değişkenler arası doğrusallık ilişkisi değerlendirilmiştir. Örtük değişkenlere ilişkin korelasyon değerlerinin tümünün .80'nin altında olduğu belirlenmiştir. (Tablo 11 ve Tablo 16).

## 3.BÖLÜM

### BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, araştırma kapsamında toplanan verilerin analiz edilmesi sonucunda elde edilen bulgulara ve bulguların yorumlanmasına yer verilmiştir. Öncelikle betimsel istatistikler verildikten sonra gruplar arası farklılaşmalar ve yapısal modeller test edilmiştir.

#### 3.1. Gruplar Arası Farklılaşmanın Değerlendirilmesi

Araştırma kapsamında ele alınan değişkenlerin (bağlanma boyutları, öz anlayış, depresyon ve içselleştirilmiş homofobi) demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadıkları test edilmiştir.

##### 3.1.1 Bağlanma Boyutları, Öz Anlayış ve Depresyon Puanlarının Cinsiyete Göre Değerlendirilmesi

Araştırma kapsamında ele alınan bağlanma boyutları, öz anlayış ve depresyon puanlarının cinsiyete göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek için veriye Bağımsız Örneklem t-Testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 4'te sunulmuştur

**Tablo 4. Bağlanma Boyutları, Öz Anlayış ve Depresyon Puanlarının Cinsiyete Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları**

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Kaygılı Bağlanma	Erkek	491	63.99	24.14	-3.96	.00
	Kadın	395	69.39	13.61		
Kaçınmalı Bağlanma	Erkek	491	67.47	9.22	-9.84	.00
	Kadın	395	74.36	11.61		
Öz Nezaket	Erkek	491	16.32	1.33	-3.44	.00
	Kadın	395	16.83	2.95		
Öz Yargılama	Erkek	491	12.91	1.24	-7.53	.00
	Kadın	395	14.18	3.48		
İzolasyon	Erkek	491	11.25	3.30	-1.70	.08
	Kadın	395	11.66	3.82		
Bilinçlilik	Erkek	491	10.55	2.04	-1.86	.06
	Kadın	395	10.84	2.69		
Aşırı Özdeşleşme	Erkek	491	11.18	3.25	-1.51	.13
	Kadın	395	11.52	3.41		
Ortak İnsanlık	Erkek	491	5.89	1.99	-2.72	.01
	Kadın	395	6.27	2.13		
Depresyon Toplam Puanı	Erkek	491	58.76	7.08	6.67	.00
	Kadın	395	55.60	6.90		

Tablo 4’te verilen analiz sonuçlarına göre, Bağlanma Stilleri Ölçeğinin kaygılı bağlanma ( $t(884) = -3.96, p < .05$ ) ve kaçınmalı bağlanma ( $t(884) = -9.84, p < .05$ ) toplam puanlarının kadınlarda daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca, Öz Anlayış Ölçeği; öz nezaket ( $t(884) = -3.44, p < .05$ ), öz yargılama ( $t(884) = -7.53, p < .05$ ) ve ortak insanlık ( $t(884) = -2.72, p < .05$ ) alt boyutları toplam puanlarının da kadınlarda daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Katılımcıların Beck Depresyon Envanterinden aldıkları puanların ise erkeklerde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ( $t(884) = -6.67, p < .05$ ). Ayrıca, katılımcıların, izolasyon, bilinçlilik ve aşırı özdeşleşme puanlarının ise cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Buna göre, LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) bireylerin romantik ilişkilerinde, kadınların erkeklere göre daha kaçınmalı ve kaygılı bağlandıkları ifade edilebilir. Ayrıca kadınların erkeklere göre daha yüksek öz nezaket puanına sahip olduğu, başarısızlıkları ile ilgili kendilerini daha çok yargıladıkları ve başarısızlıklarını daha çok genelleştirdikleri, yani insanlığın yaşadığı doğal bir durum olarak değerlendirdikleri söylenebilir. Erkeklerin ise kadınlardan daha depresif oldukları bu bulgulara göre ifade edilebilir.

### 3.1.2. Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden Alınan Puanların Cinsel Yönelime Göre Değerlendirilmesi

Araştırma kapsamında LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) bireylerden elde edilen veriler doğrultusunda içselleştirilmiş Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden alınan puanların lezbiyen ve biseksüel-kadın olamaya göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem t-Testi ile değerlendirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular Tablo 5’te verilmiştir.

**Tablo 5. Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden Alınan Puanların Cinsel Yönelime Göre Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları**

İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Alt Boyutları	Cinsel Yönelim	N	$\bar{X}$	Ss	t	p
Lezbiyen Topluluğuyla Bağlantı	Lezbiyen	233	47.55	4.38	.13	.89
	Biseksüel-K	162	47.49	4.12		
Lezbiyen Olarak Kurumsal Kimlik	Lezbiyen	233	57.97	6.42	.37	.71
	Biseksüel-K	162	57.73	6.26		
Lezbiyenliğe Yönelik Kişisel Duygular	Lezbiyen	233	55.97	5.24	-.64	.53
	Biseksüel-K	162	56.33	5.91		
Diğer Lezbiyenlere Yönelik Tutumlar	Lezbiyen	233	38.31	4.31	1.29	.19
	Biseksüel-K	162	37.74	4.29		

Tablo 5’te verilen analiz sonuçları incelendiğinde, Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinin her bir alt boyutundan alınan puanların cinsel yönelime göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Buna göre, içselleştirilmiş homofobi düzeyinin lezbiyen veya biseksüel kadın olmaya göre farklılaşmadığı ifade edilebilir.

### **3.1.3. İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden (Gey ve Biseksüel Erkekler İçin) Alınan Puanların Cinsel Yönelime Göre Değerlendirilmesi**

Araştırma kapsamında LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) bireylerden toplanan veriler doğrultusunda, İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden alınan toplam puanın gey veya biseksüel erkek olmaya göre farklılaşıp farklılaşmadığı Bağımsız Örneklem t-Testi ile değerlendirilmiştir. Analizler sonucunda elde edilen bulgular Tablo 6’da sunulmuştur.

**Tablo 6. İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden Alınan Puanlarının Cinsel Yönelime Göre Farklılaşması Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları**

	Cinsel Yönelim	N	$\bar{X}$	SS	t	P
İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği	Biseksüel-E	118	34.41	4.84	0.57	.57
Erkek Formu Toplam Puanı	Gey	373	34.72	5.14		

Tablo 6’da verilen analiz sonuçlarına göre, İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinden (Gey ve Biseksüel Erkekler İçin) alınan toplam puanın cinsel yönelime göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Buna göre gey ve biseksüel erkeklerin içselleştirilmiş homofobi düzeylerinin benzer olduğu ya da farklılaşmadığı ifade edilebilir.

### **3.1.4. Bağlanma Boyutları, Öz Anlayış ve Depresyon Puanlarının Cinsel Yönelime Göre Değerlendirilmesi**

Araştırma kapsamında ele alınan bağlanma boyutları, öz anlayış ve depresyon puanlarının cinsel yönelime göre farklılaşıp farklılaşmadığını değerlendirmek için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Analiz sonucunda elde edilen bulgular Tablo 7’de sunulmuştur.

**Tablo 7. Bağlanma Boyutları, Öz Anlayış ve Depresyon Puanlarının Cinsel Yönelime Göre Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Sonuçları**

	Cinsel Yönelim	N	$\bar{X}$	Ss	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	Farkın Kaynağı
Kaygılı Bağlanma	Biseksüel-E	118	63,00	23,38	Gruplararası	6621,817	3	2207,272	5,43*	1<3, 2<3,
	Gey	373	64,31	24,40	Grupiçi	358274,743	882	406,207		2<4
	Lezbiyen	233	69,80	13,33	Toplam	364896,56	885			
	Biseksüel-K	162	68,80	14,02						
Kaçınmalı Bağlanma	Biseksüel-E	118	68,34	9,27	Gruplararası	11874,597	3	3958,199	37,43*	1<3, 1<4,
	Gey	373	67,20	9,20	Grupiçi	93269,273	882	105,747		2<3, 2<4,
	Lezbiyen	233	75,91	11,89	Toplam	105143,87	885			3>4
	Biseksüel-K	162	72,14	10,86						
Öz Nezaket	Biseksüel-E	118	16,29	1,35	Gruplararası	72,527	3	24,176	4,99*	1<4, 2<4
	Gey	373	16,33	1,32	Grupiçi	4268,788	882	4,84		
	Lezbiyen	233	16,67	2,65	Toplam	4341,315	885			
	Biseksüel-K	162	17,07	3,33						
Öz Yargılama	Biseksüel-E	118	12,89	1,11	Gruplararası	359,372	3	119,791	19,15*	1<3, 1<4,
	Gey	373	12,91	1,28	Grupiçi	5517,582	882	6,256		2<3, 2<4,
	Lezbiyen	233	14,08	3,30	Toplam	5876,954	885			
	Biseksüel-K	162	14,32	3,73						
İzolasyon	Biseksüel-E	118	11,51	3,44	Gruplararası	53,459	3	17,82	1,42	
	Gey	373	11,17	3,26	Grupiçi	11073,978	882	12,556		
	Lezbiyen	233	11,55	3,75	Toplam	11127,437	885			
	Biseksüel-K	162	11,81	3,92						
Bilinçlilik	Biseksüel-E	118	10,24	1,99	Gruplararası	47,942	3	15,981	2,91*	1<4
	Gey	373	10,65	2,04	Grupiçi	4847,025	882	5,495		
	Lezbiyen	233	10,69	2,54	Toplam	4894,966	885			
	Biseksüel-K	162	11,07	2,88						
Aşırı Özdeşleşme	Biseksüel-E	118	11,27	3,30	Gruplararası	37,567	3	12,522	1,14	
	Gey	373	11,15	3,23	Grupiçi	9730,876	882	11,033		
	Lezbiyen	233	11,38	3,33	Toplam	9768,442	885			
	Biseksüel-K	162	11,72	3,52						
Ortak İnsanlık	Biseksüel-E	118	5,68	2,06	Gruplararası	41,316	3	13,772	3,28*	1<3
	Gey	373	5,96	1,96	Grupiçi	3704,269	882	4,2		
	Lezbiyen	233	6,34	2,12	Toplam	3745,586	885			
	Biseksüel-K	162	6,17	2,13						
Depresyon Toplam Puanı	Biseksüel-E	118	59,04	6,94	Gruplararası	2204,116	3	734,705	14,96*	1>3, 1>4,
	Gey	373	58,66	7,13	Grupiçi	43316,814	882	49,112		2>3, 2>4
	Lezbiyen	233	55,72	6,87	Toplam	45520,93	885			
	Biseksüel-K	162	55,43	6,96						

\*p<.05

Tablo 7’de verilen analiz sonuçlarına göre, katılımcıların kaygılı bağlanma [(F(3, 882) = 5.43, p < .05)] kaçınmalı bağlanma [(F(3, 882) = 37.43, p < .05)], öz nezaket [(F(3, 882) = 4.99, p < .05)], öz yargılama [(F(3, 882) = 19.15, p < .05)], bilinçlilik [(F(3, 882) = 2.91, p < .05)], ortak insanlık [(F(3, 882) = 3.28, p < .05)] ve depresyon [(F(3, 882) = 14.96, p < .05.)] puanlarının cinsel yönelime göre farklılaştığı, ancak izolasyon [(F(3, 882) = 1.42, p > .05.)] ve aşırı özdeşleşme [(F(3, 882) = 1.14, p > .05.)] puanlarının cinsel yönelime göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Anlamlı farklılaşmanın tespit edildiği



puanlarda farkın kaynağının belirlenmesi için post hoc testi uygulanmıştır. Varyans homojenliğinin test edilmesinin ardından, dağılımın homojen olduğu belirlenen değişkenler için (ortak insanlık ve depresyon toplam puanları) Tukey testi; dağılımın homojen olmadığı belirlenen değişkenler için ise (kaygılı bağlanma, kaçınılmalı bağlanma, öz nezaket, öz yargılama ve bilinçlilik toplam puanları) Games – Howell post hoc testi uygulanmıştır. Farklılaşmanın tespit edildiği gruplar değerlendirildiğinde kaçınılmalı bağlanma toplam puanı dışındaki puanların farklılaşmasının cinsel yönelimden daha çok biyolojik cinsiyetten kaynaklandığı görülmektedir (Tablo 4). Kaçınılmalı bağlanma değişkeninde lezbiyenlerle biseksüel kadınlar arasında lezbiyenlerde daha fazla olduğu belirlenmiştir. Buna göre, lezbiyenlerin biseksüel kadınlara göre ilişkilerine daha kaçınılmalı bağlandıkları ifade edilebilir.

### 3.2. Araştırmada Kapsamında Test Edilecek Yapısal Modellerdeki Gözlenen Değişkenlere İlişkin Betimleyici İstatistikler

Araştırma kapsamında belirlenen yapısal modeller test edilirken modellerde yer alan gözlenen değişkenlere ilişkin betimleyici istatistikler Tablo 4’te verilmiştir.

**Tablo 8. Yapısal Modellerde Yer Alan Gözlenen Değişkenlere Ait Betimsel İstatistikler**

Gözlenen Değişkenler	Kısaltma	N	$\bar{X}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Kaygılı Bağlanma Parsel 1	KAYP1	886	21.16	7.25	-.04	-.79
Kaygılı Bağlanma Parsel 2	KAYP2	886	23.19	7.33	-.23	-1.03
Kaygılı Bağlanma Parsel 3	KAYP3	886	22.04	7.92	-.02	-.81
Kaçınılmalı Bağlanma Parsel 1	KACP1	886	23.10	5.01	.54	-.38
Kaçınılmalı Bağlanma Parsel 2	KACP2	886	22.43	4.66	.25	-.31
Kaçınılmalı Bağlanma Parsel 3	KACP3	886	25.01	5.05	.09	-.52
Öz Nezaket	OZNEZ	886	16.55	2.21	-.10	4.59
Öz Yargılama	OZYARGI	886	13.48	2.58	1.59	4.23
İzolasyon	IZOLE	886	11.43	3.55	.04	-.76
Bilinçlilik	BILINC	886	10.68	2.35	.26	-.05
Aşırı Özdeşleşme	ASIRIOZ	886	11.33	3.32	.03	-.60
Ortak İnsanlık	ORTAKIN	886	6.06	2.06	.07	-.71
İçsel Homofobi Parsel 1	ICP1	491	10.72	2.18	-.31	-.39
İçsel Homofobi Parsel 2	ICP2	491	9.89	2.29	.20	-.46
İçsel Homofobi Parsel 3	ICP3	491	14.04	2.54	-.36	.35
Lezbiyen Topluluğuyla Bağlantı	LTB	395	47.53	4.27	-.34	1.76
Lezbiyen Olarak Kurumsal Kimlik	LKK	395	57.88	6.35	1.20	2.63
Lezbiyenliğe Yönelik Kişisel Duygular	LYKDT	395	56.12	5.52	.08	.09
Diğer Lezbiyenlere Yönelik Tutumlar	DLYT	395	38.08	4.30	.13	-.09
Depresyon Parsel 1	DEP1	886	18.94	3.27	-.17	-.13
Depresyon Parsel 2	DEP2	886	19.41	3.14	-.32	-.02
Depresyon Parsel 3	DEP3	886	19.00	3.16	.03	-.16

Tablo 4'te verilen değerler incelendiğinde arpıklık ve basıklık değerlerinin çok değişkenli normallik lütleri aralığında olduğu görülmektedir. Çarpıklık değerinin ikiden, basıklık değerinin ise yediden büyük olmaması çok değişkenli normallik varsayımlarında ölçüt olarak ele alınmaktadır (okluk ve diğerleri, 2012; 169). Buna göre yapısal modelde yer alan gözlenen değişkenlere ilişkin basıklık ve arpıklık değerlerinin normalden aşırı sapma göstermediği ifade edilebilir.

### **3.3. Çalışma Grubunun Tümüne İlişkin lm Modeli Bilgisi**

Araştırma kapsamında test edilmek üzere iki yapısal model belirlenmiştir (şekil 1ve şekil 2). Araştırma kapsamında test edilen modellerde, bağlanma stillerini ölçmek amacıyla kullanılan Bağlanma Stilleri lğinin “Kaygılı Bağlanma” ve “Kaçınmalı Bağlanma” alt boyutları birer örtük değişken olarak ele alınmıştır. Bu nedenle, bu lğin her bir alt boyutuna parselleme yöntemi ile üçer parsel atanmıştır. Araştırma kapsamında katılımcıların öz anlayış düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılan z Anlayış lği'nin her bir alt boyutundan alınan toplam puanlar “z anlayış” örtük değişkeninin birer gözlenen değişkeni olarak modellere alınmıştır. Ayrıca, kadın katılımcıların içselleştirilmiş homofobi düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılan Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi lği'nin her bir alt boyutundan alınan toplam puanlar da “içselleştirilmiş homofobi” örtük değişkeninin birer gözlenen değişkeni olarak modele alınmıştır. Araştırmada “depresyon” örtük değişkeni için de, Beck Depresyon Envanteri tek boyutlu bir yapıda olduğundan parselleme yöntemi ile üç parsel atanmıştır. Erkek katılımcıların içselleştirilmiş homofobi düzeylerini belirlemek amacıyla kullanılan Gey ve Biseksüeller İçin İçselleştirilmiş Homofobi lği'nin de yine tek boyutlu olması nedeniyle erkek örneklem için yapılan analizlerde “içselleştirilmiş homofobi” örtük değişkeni için üç parsel atanmıştır. Yapısal modellerde kullanılan örtük ve gözlenen değişkenlere ilişkin bilgiler Tablo 9'da verilmiştir.

**Tablo 9. Yapısal Modellerde Kullanılan Örtük ve Gözlenen Değişkenler**

Örtük Değişkenler	Gözlenen Değişkenler	Gözlenen Değişkenlerin Tanımlanması
Kaygılı Bağlanma (Kaygılı)	Kaygılı Bağlanma Parsel 1	Bağlanma Stilleri Ölçeği, 35., 29., 7., 13., 25. ve 19. maddeler toplamı
	Kaygılı Bağlanma Parsel 2	Bağlanma Stilleri Ölçeği 5., 11., 1., 3., 27. ve 23. maddeler toplamı
	Kaygılı Bağlanma Parsel 3	Bağlanma Stilleri Ölçeği 15., 31., 33., 9., 17. ve 21. maddeler toplamı
Kaçınmalı Bağlanma (Kacınmalı)	Kaçınmalı Bağlanma Parsel 1	Bağlanma Stilleri Ölçeği 6., 36., 16., 30., 8. ve 32. maddeler toplamı
	Kaçınmalı Bağlanma Parsel 2	Bağlanma Stilleri Ölçeği 20., 34., 2., 10., 24. ve 28. maddeler toplamı
	Kaçınmalı Bağlanma Parsel 3	Bağlanma Stilleri Ölçeği 26., 4., 14., 12., 22. ve 18. maddeler toplamı
Öz Anlayış (Ozanlayış)	Öz Nezaket	Öz Anlayış Ölçeği birinci faktörü (beş madde)
	Öz Yargılama	Öz Anlayış Ölçeği ikinci faktörü (beş madde)
	İzolasyon	Öz Anlayış Ölçeği üçüncü faktörü (dört madde)
	Bilinçlilik	Öz Anlayış Ölçeği dördüncü faktörü (dört madde)
	Aşırı Özdeşleşme	Öz Anlayış Ölçeği beşinci faktörü (dört madde)
	Ortak İnsanlık	Öz Anlayış Ölçeği altıncı faktörü (iki madde)
İçselleştirilmiş Homofobi - Erkek (Icselhom)	Icsele Homofobi Parsel 1	Gey ve Biseksüeller İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği 4., 6. ve 5. maddeler toplamı
	Icsele Homofobi Parsel 2	Gey ve Biseksüeller İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği 7., 8. ve 9. maddeler toplamı
	Icsele Homofobi Parsel 3	Gey ve Biseksüeller İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği 1., 3., 10. ve 2. maddeler toplamı
İçselleştirilmiş Homofobi - Kadın (Icselhom)	Lezbiyen Topluluğuyla Bağlantı	Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği birinci faktörü (12 madde)
	Lezbiyen Olarak Kurumsal Kimlik	Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği ikinci faktörü (16 madde)
	Lezbiyenliğe Yönelik Kişisel Duygular	Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği üçüncü faktörü (14 madde)
	Diğer Lezbiyenlere Yönelik Tutumlar	Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği dördüncü faktörü (10 madde)
Depresyon (Depresyon)	Depresyon Parsel 1	Beck Depresyon Envanteri 8., 10., 9., 18., 6., 16. ve 12. maddeler toplamı
	Depresyon Parsel 2	Beck Depresyon Envanteri 11., 14., 5., 4., 21., 2. ve 1. maddeler toplamı
	Depresyon Parsel 3	Beck Depresyon Envanteri 13., 15., 19., 20., 7., 17. ve 3. maddeler toplamı

Tablo 9’da verilen gözlenen ve örtük değişkenlerle oluşturulacak olan yapısal modeller test edilmeden önce bu değişkenlerin oluşturduğu ölçüm modelleri test edilmiştir. Öncelikle erkek örneklemini için daha sonra kadın örneklemini için testler gerçekleştirilmiştir.

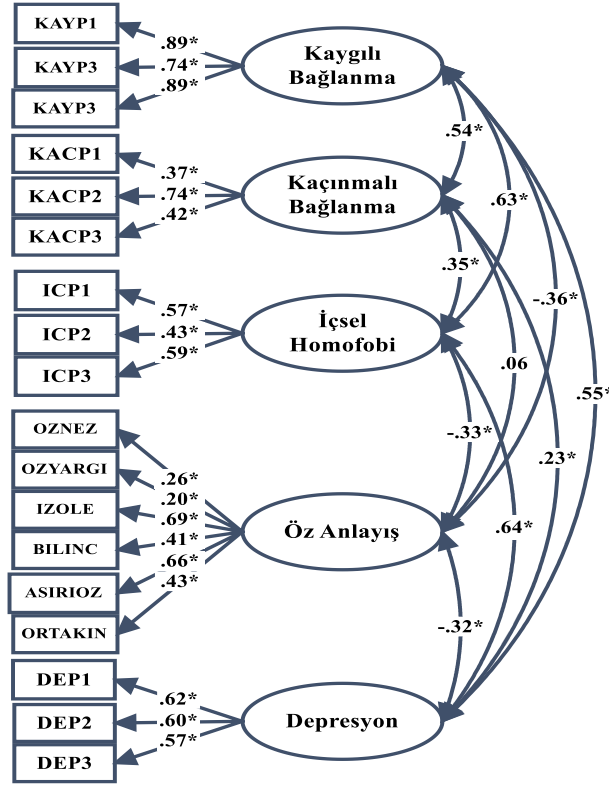
### 3.4. Erkek Örnekleminde Ölçüm Modelinin Test Edilmesi

Modellerin test edilmesinde iki aşamalı yaklaşım benimsendiğinden, erkek örnekleminde test edilmek üzere belirlenen yapısal modelin (Şekil 1) test edilmesinden önce modele ilişkin ölçüm modeli test edilmiştir. Analiz sonucunda oluşan bu modele ait uyum değerleri ise Tablo 10’da verilmiştir.

**Tablo 10. Erkek Örnekleminde Test Edilen Modele Ait Ölçüm Modeli Uyum Değerleri**

Uyum İndeksleri	Değerler
$X^2/ sd$ (293.14/125)	2.35
RMSEA (% 90 güven aralığı = 0.044; 0.060)	.052
NFI	.91
NNFI	.93
CFI	.94
GFI	.94
AGFI	.92
SRMR	.043

Tablo 10’da verilen modele ilişkin uyum iyiliği değerleri incelendiğinde modele ilişkin ölçüm modelinin veri ile iyi uyum gösterdiği ifade edilebilir. Analiz sonucunda elde edilen model de Şekil 3’te verilmiştir.



**Şekil 3. Erkek örnekleminde test edilen yapısal modele ait ölçüm modeli**

\* $p < .01$

Erkek örnekleminde test edilmek üzere belirlenen yapısal modele ait ölçüm modeli test edildiğinde örtük değişkenlere ilişkin korelasyonlar elde edilmiştir. Elde edilen korelasyon değerleri Tablo 11’de sunulmuştur.

**Tablo 11. Erkek Örneklemini Yapısal Modelde Yer Alan Örtük Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar**

Örtük Değişkenler	1	2	3	4
1. Kaygılı Bağlanma	-			
2. Kaçınmalı Bağlanma	.54*	-		
3. İçselleştirilmiş Homofobi	.63*	.35*	-	
4. Öz Anlayış	-.37*	.06	-.33*	-
5. Depresyon	.55*	.23*	.64*	-.32*

\* $p < .01$

Tablo 11’de verilen korelasyon değerleri incelendiğinde, öz anlayış ve kaçınmalı bağlanma arasındaki ilişki dışında tüm ilişkilerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Örtük değişkenler arasındaki en yüksek ilişki içselleştirilmiş homofobi ile depresyon arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde ( $r = .64$ ,  $p < .01$ ) gözlenirken, en düşük ilişki ise kaçınmalı bağlanma ile

depresyon arasında pozitif yönde düşük düzeyde ( $r=.23$ ,  $p<.01$ ) gözlenmiştir. Erkek örnekleminde test edilmek istenen yapısal modelde yer alan gözlenen değişkenler arası korelasyonlar da Tablo 12’de sunulmuştur.

### 3.5. Erkek Örnekleminde Yapısal Modelin Test Edilmesi

Araştırma kapsamında LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) bireylerde erkek örneklemini için test edilmesi amaçlanan modele ait ölçüm modeli test edildikten sonra yapısal model testi yapılmıştır. Ölçüm modeli testinde kaçınılmaz bağlantı ile öz anlayış arasındaki ilişkinin ( $\beta=.06$ ,  $p>.05$ ) istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlendiğinden (Tablo 11), yapısal modelde testinde kaçınılmaz bağlantıdan öz anlayışa giden yol çıkarılmıştır. Yapılan analiz sonucunda oluşan uyum iyiliği değerleri Tablo 12’de verilmiştir.

**Tablo 12. Erkek Örnekleminde Test Edilen Yapısal Modele Ait Uyum Değerleri**

Uyum İndeksleri	Değerler
$X^2/ sd$ (313.97/127)	2.47
RMSEA (% 90 güven aralığı = 0.047; 0.062)	.055
NFI	.90
NNFI	.93
CFI	.94
GFI	.94
AGFI	.92
SRMR	.048

Tablo 12’de verilen, modele ilişkin uyum iyiliği değerleri incelendiğinde modelin veri ile iyi uyum gösterdiği ifade edilebilir. Uyum iyiliği değerlerinin kabul edilebilir sınırlar içinde olduğu görülmektedir.

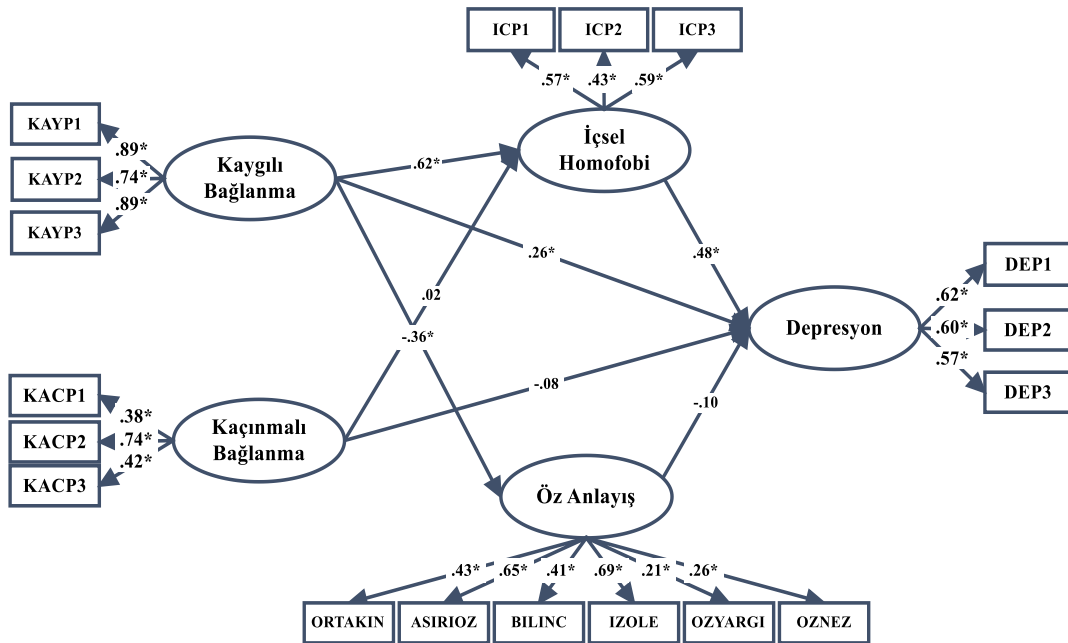
**Tablo 13. Erkek Örnekleme İçin Belirlenen Yapısal Modelde Yer Alan Gözlenen Değişkenler Arası İlişkiler**

	KAYP1	KAYP2	KAYP3	KACP1	KACP2	KACP3	ICP1	ICP2	ICP3	OZNEZ	OZYRGI	IZOLE	BILINC	ASIRIOZ	ORTAKIN	DEP1	DEP2
<b>Kaygılı Bağlanma</b>																	
KAYP1	-																
KAYP2	.77**	-															
KAYP3	.84**	.79**	-														
<b>Kaçınmalı Bağlanma</b>																	
KACP1	.11*	.08	.07	-													
KACP2	.30**	.42**	.28**	.23**	-												
KACP3	.16**	.03	.15**	.15**	.30**	-											
<b>İçselleştirilmiş Homofobi</b>																	
ICP1	.32**	.32**	.34**	.13**	.10*	.06	-										
ICP2	.28**	.29**	.26**	.01	.15**	.06	.29**	-									
ICP3	.32**	.31**	.32**	.08	.15**	.12**	.34**	.24**	-								
<b>Öz Anlayış</b>																	
OZNEZ	.01	-.05	-.01	.02	-.05	-.05	-.17**	-.09	-.11*	-							
OZYRGI	-.01	-.01	-.01	-.04	-.02	.01	.05	-.02	-.02	.25**	-						
IZOLE	-.21**	-.27**	-.36**	-.01	.02	.01	-.19**	-.06	-.18**	.19**	.14**	-					
BILINC	-.08	-.11*	-.22**	.01	.07	.02	-.04	-.07	-.05	.09	.07	.29**	-				
ASIRIOZ	-.17**	-.21**	-.31**	.04	.07	.06	-.08	-.08	-.10*	.11*	.11*	.46**	.29**	-			
ORTAKIN	-.08	-.09	-.15**	.05	.08	-.07	-.07	-.09*	-.07	.14**	.10*	.28**	.15**	.32**	-		
<b>Depresyon</b>																	
DEP1	.29**	.27**	.31**	.04	.07	.06	.22**	.09	.29**	-.08	-.01	-.14**	-.11*	-.06	-.18**	-	
DEP2	.34**	.32**	.33**	.02	.10*	.07	.19**	.10*	.29**	-.05	-.04	-.16**	-.14**	-.07	-.09*	.37**	-
DEP3	.27**	.24**	.30**	.06	.08	.08	.20**	.10*	.28**	-.04	-.07	-.13**	-.12**	-.12*	-.10*	.36**	.33**

\*p<.05, \*\*p<.01, Not:KAYP1-KAYP3: Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu Madelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel, KACP1-KACP3: Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaçınmalı Bağlanma Alt Boyutu Madelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel, ICP1-ICP3: Gay ve Biseksüel Erkekler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Maddelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel, OZNEZ: Öz Anlayış Ölçeği Öz Nezaket Alt Boyutu Toplam Paunu, OZYRGI: Öz Anlayış Ölçeği Öz Yargılama Alt Boyutu Toplam Paunu, IZOLE: Öz Anlayış Ölçeği İzolasyon Alt Boyutu Toplam Paunu, BILINC: Öz Anlayış Ölçeği Bilinçlilik Alt Boyutu Toplam Paunu, ASIRIOZ: Öz Anlayış Ölçeği Aşırı Özdeşleşme Alt Boyutu Toplam Paunu, ORTAKIN: Öz Anlayış Ölçeği Ortak İnsanlık Alt Boyutu Toplam Paunu, DEP1-DEP3: Beck Depresyon Ölçeği Maddelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel

Analiz sonucunda oluşan modele ilişkin standardize edilmiş yol katsayıları Şekil 4'te verilmiştir. Analiz sonuçları incelendiğinde, kaçınılmalı bağlanmadan içselleştirilmiş homofobiye ( $\beta=.02$ ,  $p>.05$ ) ve depresyona ( $\beta=-.08$ ,  $p>.05$ ) giden yol katsayılarının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmektedir. Ayrıca, öz anlayıştan depresyona giden yol katsayısının ( $\beta=-.10$ ,  $p>.05$ ) da istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Ölçme modelinde bu değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmesine karşın yapısal modelde bu ilişkilerin anlamlı çıkmaması modelde yer alan diğer değişkenlerin bu ilişkilere etki ettiğini göstermektedir.

Kaçınılmalı bağlanmadan içselleştirilmiş homofobiye ve depresyona, ayrıca öz anlayıştan depresyona giden yolun anlamlı olmaması, modelde diğer değişkenlerin (içselleştirilmiş homofobi ve kaygılı bağlanma) de bağımsız değişken olarak yer alması ile açıklanabilir.



**Şekil 4. Erkek örnekleminde yapısal modelde hesaplanan standardize edilmiş yol katsayıları**

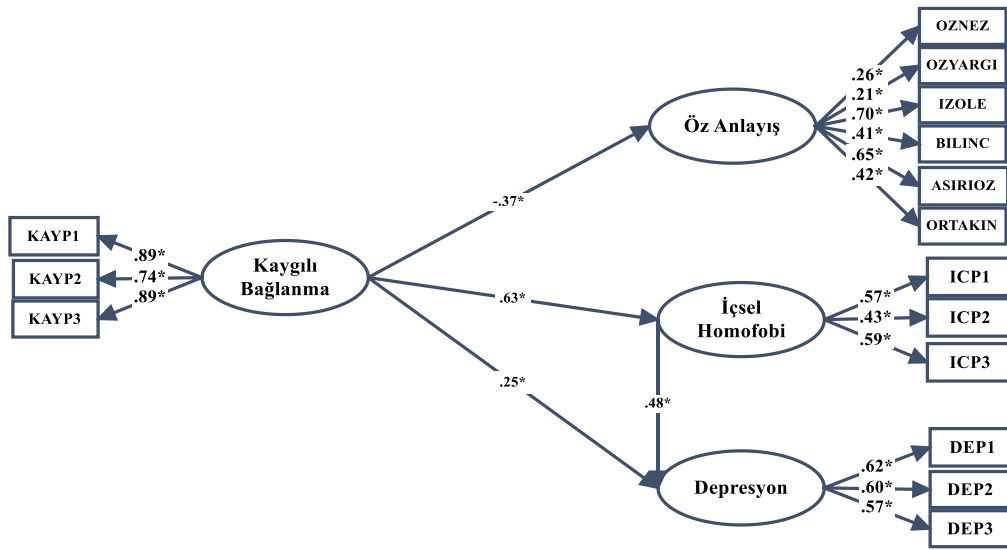
\* $p<.05$

Yapısal model analizi sonucuna göre, kaygılı bağlanmanın, içselleştirilmiş homofobi ( $\beta=.62$ ,  $p<.05$ ), öz anlayış ( $\beta=-.36$ ,  $p<.05$ ) ve depresyonu ( $\beta=.26$ ,  $p<.05$ ), buna ek olarak içselleştirilmiş homofobinin de depresyonu ( $\beta=.48$ ,  $p<.05$ ) anlamlı bir şekilde yordadığı ifade edilebilir.



### 3.5.1. Erkek Örnekleminde Yapısal Model İçin Aracılık Testi

Erkek örneklemini için belirlenen yapısal modelin test edilmesinden sonra aracılık ilişkilerin test edilmesi aşamasına geçilmiştir. Araştırma çerçevesinde aracı değişken olarak ele alınan öz anlayış ve içselleştirilmiş homofobi değişkenlerinin aracılık etkisi test edilmiştir. Aracılık etkisinin test edildiği modelde bir önceki analizde istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenen yollar çıkarılmıştır. Araştırmada aracılık etkisinin test edilmesinde iç içe geçmiş modeller stratejisi (nested models) kullanılmıştır. İstatistiksel olarak anlamlı olmayan yollar modelden çıkarıldıktan sonra modelin son hali Şekil 5’te verilmiştir.



Şekil 5. Erkek örnekleminde test edilen model (Revize Edilmiş)

\* $p < .05$

İstatistiksel olarak anlamlı olmayan yollar modelden çıkarıldıktan sonra test edilen modele ilişkin uyum iyiliği değerleri Tablo 14’te verilmiştir.

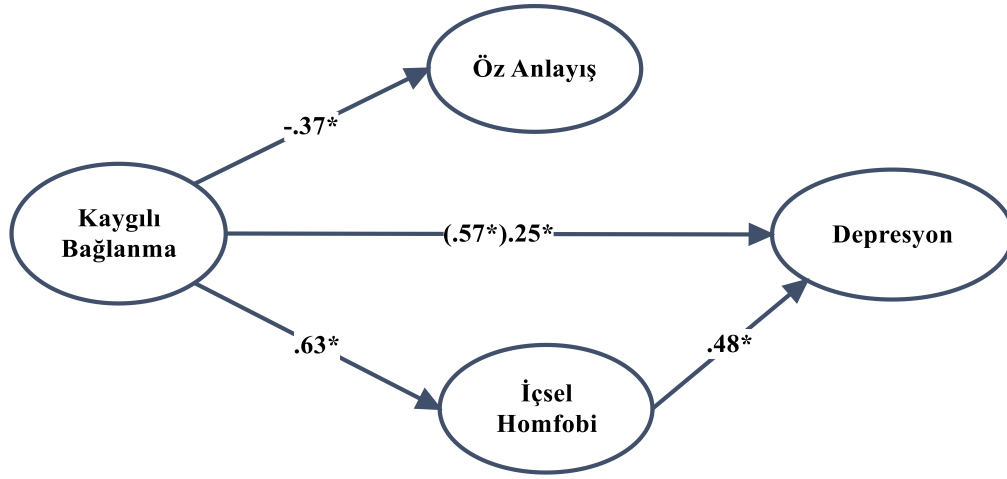
Tablo 14. Erkek Örnekleminde Test Edilen Model (Revize Edilmiş) Uyum Değerleri

Uyum İndeksleri	Değerler
$X^2/ sd$ (187.61/86)	2.18
RMSEA (% 90 güven aralığı = 0.039; 0.059)	.049
NFI	.93
NNFI	.95
CFI	.96
GFI	.95
AGFI	.94
SRMR	.047

Tablo 14’te verilen, modele ilişkin uyum iyiliği değerleri incelendiğinde, modelin veri ile iyi uyum gösterdiği görülmektedir. İç içe geçmiş modeller

stratejisine göre aracılık etkisinin test edilmesi, yapısal modelden aracılık ile ilişkili yolların çıkarılarak veya eklenerek modeldeki bozulmanın veya iyileşmenin Ki-Kare farklılık testi ile belirlenmesine dayanmaktadır. Kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin aracılık etkisinin test edilmesi için kaygılı bağlanmadan depresyona giden yol modelden çıkarılarak modeldeki bozulma değerlendirilmiştir. Kaygılı bağlanmadan depresyona giden yol modelden çıkarıldığında uyum değerlerinin;  $X^2(87, N = 491) = 193.24, p < .01; X^2/sd = 2.22; RMSEA = .050$  (RMSEA için %90 güven aralığı = .040-.059); NFI = .93; NNFI = .95; CFI = .96; GFI = .95; AGFI = .93; SRMR = .048 şeklinde olduğu belirlenmiştir. Ki-kare farklılık testi sonucuna göre kaygılı bağlanmadan depresyona giden yolun çıkarılması modelde anlamlı bir bozulma olduğu belirlenmiştir (5.62, 1:  $p < .05$ ). Bu durumda model Şekil 5'te verilen hali ile yani kısmi aracı model olarak kabul edilmiştir. Sonuç olarak kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişki .57'den .25'e gerilemiş, ilişkinin yarıdan fazlasının aracı değişkenler tarafından sağlandığı gösterilmiştir.

Dolayısıyla, kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin kısmi aracılık etkisi olduğu ifade edilebilir. kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişki hem içselleştirilmiş homofobi üzerinden hem de doğrudan gerçekleşmektedir. Diyagramdan da anlaşılacağı üzere, öz anlayışın kaygılı bağlanma ile depresyon arasında aracılık rolünün olmadığı anlaşılmaktadır. Yapılan analizler sonucunda ulaşılan nihai model Şekil 6'da verilmiştir.



**Şekil 6. Erkek örnekleme yapısal model yol katsayıları**

\* $p < .01$

Modelde açıklanan toplam varyans değerleri incelendiğinde, kaygılı bağlanmanın içselleştirilmiş homofobi değişkeninde açıkladığı varyansın .40, öz anlayış değişkeninde açıkladığı varyansın ise .14 olduğu belirlenmiştir. Ayrıca, kaygılı bağlanma ve içselleştirilmiş homofobinin depresyon değişkeninde açıkladığı varyansın ise .45 olduğu tespit edilmiştir.

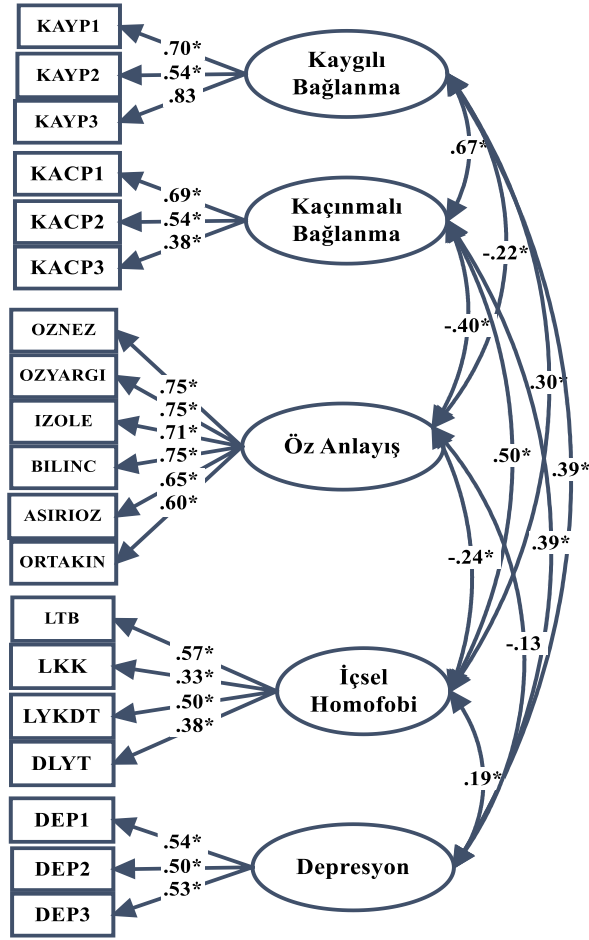
### 3.6. Kadın Örnekleminde Ölçüm Modelinin Test Edilmesi

Modellerin test edilmesinde iki aşamalı yaklaşım benimsendiğinden, kadın örnekleminde test edilmek üzere belirlenen yapısal modelin (Şekil 2) test edilmesinden önce modele ilişkin ölçüm modeli test edilmiştir. Analiz sonucunda oluşan bu modele ait uyum değerleri ise Tablo 15’te verilmiştir.

**Tablo 15. Kadın Örnekleminde Test Edilen Modele Ait Ölçüm Modeli Uyum Değerleri**

Uyum İndeksleri	Değerler
$X^2/ sd$ (376.65/142)	2.65
RMSEA (% 90 güven aralığı = 0.057; 0.073)	.065
NNFI	.90
CFI	.92
GFI	.90
AGFI	.87
SRMR	.061

Tablo 15’te verilen, modele ilişkin uyum iyiliği değerleri incelendiğinde modele ilişkin ölçüm modelinin veri ile iyi uyum gösterdiği ifade edilebilir. Analiz sonucunda elde edilen model de Şekil 7’de verilmiştir.



**Şekil 7. Kadın örnekleminde test edilen yapısal modele ait ölçüm modeli**

\* $p < .05$

Kadın örnekleminde test edilmek üzere belirlenen yapısal modele ait ölçüm modeli test edildiğinde örtük değişkenlere ilişkin korelasyonlar elde edilmiştir. Elde edilen korelasyon değerleri Tablo 16’da sunulmuştur.

**Tablo 16. Kadın Örneklemini Yapısal Modelde Yer Alan Örtük Değişkenlere İlişkin Korelasyonlar**

Örtük Değişkenler	1	2	3	4
1. Kaygılı Bağlanma	-			
2. Kaçınmalı Bağlanma	.67**	-		
3. Öz Anlayış	-.22**	-.40**	-	
4. İçselleştirilmiş Homofobi	.30**	.51**	.24**	-
5. Depresyon	.39**	.39**	-.13	.19*

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$

Tablo 16’da verilen korelasyon değerleri incelendiğinde, öz anlayış ve kaçınmalı bağlanma arasındaki ilişki dışında tüm ilişkilerin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmektedir. Örtük değişkenler arasındaki en yüksek ilişki kaygılı bağlanma ve kaçınmalı bağlanma arasında pozitif yönde ve yüksek düzeyde ( $r = .67$ ,  $p < .01$ ) gözlenirken, en düşük ilişki ise içselleştirilmiş homofobi ile depresyon

arasında pozitif yönde düşük düzeyde ( $r=.19$ ,  $p<.05$ ) gözlenmiştir. Kadın örnekleminde test edilmek istenen yapısal modelde yer alan gözlenen değişkenler arası korelasyonlar da Tablo 17’de sunulmuştur.

### 3.7. Kadın Örnekleminde Yapısal Modelin Test Edilmesi

Araştırma kapsamında LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) bireylerde kadın örneklemini için test edilmesi amaçlanan modele ait ölçüm modeli test edildikten sonra yapısal model testi yapılmıştır. Ölçüm modeli testinde depresyon ile öz anlayış arasındaki ilişkinin ( $r=.13$ ,  $p>.05$ ) istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlendiğinden (Tablo 16), yapısal modelde testinde öz anlayıştan depresyona giden yol çıkarılmıştır. Yapılan analiz sonucunda oluşan uyum iyiliği değerleri Tablo 17’de verilmiştir.

**Tablo 17. Kadın Örnekleminde Test Edilen Yapısal Modele Ait Uyum Değerleri**

Uyum İndeksleri	Değerler
$X^2/ sd$ (376.93/144)	2.62
RMSEA (% 90 güven aralığı = 0.056; 0.072)	.064
NNFI	.90
CFI	.92
GFI	.90
AGFI	.87
SRMR	.061

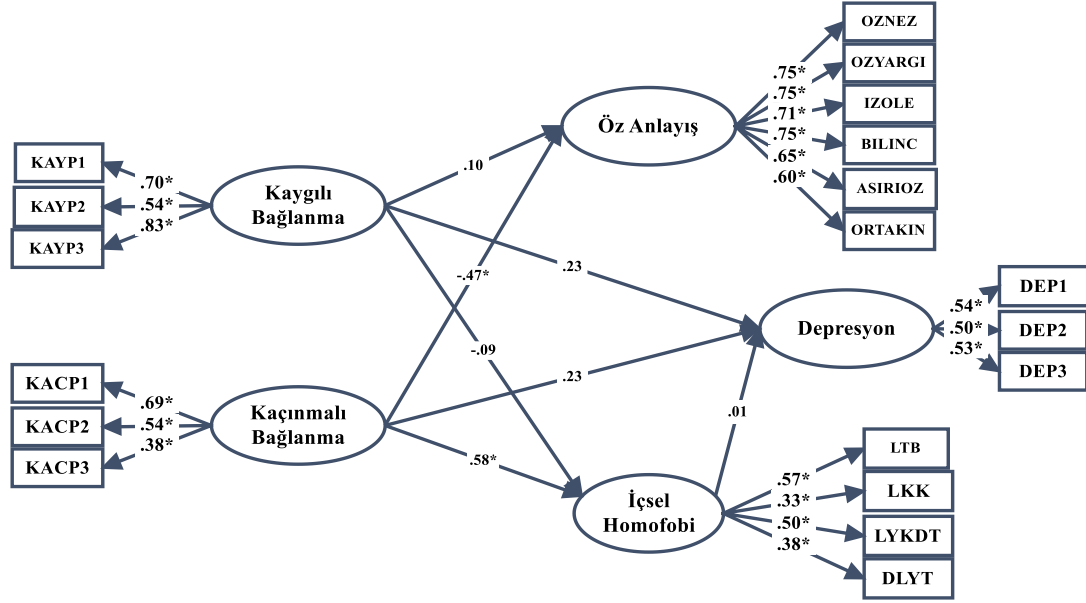
Tablo 17’de verilen, modele ilişkin uyum iyiliği değerleri incelendiğinde modelin veri ile iyi uyum gösterdiği ifade edilebilir. Yani, uyum iyiliği değerleri kabul edilebilir sınırlar içindedir.

**Tablo 18. Kadın Örnekleme İçin Belirlenen Yapısal Modelde Yer Alan Gözlenen Değişkenler Arası İlişkiler**

	KAYP1	KAYP2	KAYP3	KACP1	KACP2	KACP3	LTB	LKK	LYKDT	DLYT	OZNEZ	OZYARGI	IZOLE	BILINC	ASROZ	ORTKIN	DEP1	DEP2
Kaygılı Bağlanma																		
KAYP1																		
KAYP2	.47**																	
KAYP3	.59**	.51**																
Kaçınmalı Bağlanma																		
KACP1	.35**	.34**	.50**															
KACP2	.24**	.09	.29**	.42**														
KACP3	.01	-.15**	.08	.28**	.35**													
İçselleştirilmiş Homofobi																		
LTB	.09	.01	.17**	.24**	.12*	.24**												
LKK	.12*	.11*	.19**	.17**	.08	.23**	.21**											
LYKDT	.08	.12*	.15**	.12*	.08	.12*	.32**	.21**										
DLYT	.03	-.05	.05	.12*	.09	.17**	.20**	.24**	.21**									
Öz Anlayış																		
OZNEZ	-.16**	-.15**	-.24**	-.33**	-.39**	-.23**	-.14**	-.14**	-.12*	-.07								
OZYARGI	-.13*	-.09	-.19**	-.32**	-.33**	-.24**	-.14**	-.09	-.11*	-.06	.71**							
IZOLE	-.04	-.18**	-.15**	-.07	-.08	.12*	-.06	-.06	-.09	.03	.53**	.51**						
BILINC	-.02	-.06	-.12*	-.15**	-.24**	-.08	-.13*	-.06	-.12*	.02	.61**	.59**	.58**					
ASIRIOZ	.01	-.10*	-.12*	-.01	-.03	.05	-.07	.01	-.14**	-.03	.48**	.44**	.56**	.54**				
ORTAKIN	-.06	-.10*	-.13**	-.09	-.14**	-.04	-.03	-.03	-.11*	-.02	.48**	.48**	.46**	.44**	.45**			
Depresyon																		
DEP1	.16**	.16**	.19**	.16**	.17**	.14**	.10*	.11*	-.01	.05	-.11*	-.09	-.03	-.06	.02	-.05		
DEP2	.06	.05	.17**	.09	.12*	.11*	.11*	.09	.08	.10	-.03	-.02	.04	-.01	-.02	-.06	.27**	
DEP3	.16**	.13**	.19**	.17**	.08	-.01	.05	-.02	-.01	-.13**	-.13*	-.11*	-.09	-.08	-.10	-.09	.29**	.30**

\*p<.05, \*\*p<.01, Not:KAYP1-KAYP3: Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaygılı Bağlanma Alt Boyutu Madelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel, KACP1-KACP3: Bağlanma Stilleri Ölçeği Kaçınmalı Bağlanma Alt Boyutu Madelerinden Oluşturulmuş Olan OZNEZ: Öz Anlayış Ölçeği Öz Nezaket Alt Boyutu Toplam Puanı, OZYARGI: Öz Anlayış Ölçeği Öz Yargılama Alt Boyutu Toplam Puanı, IZOLE: Öz Anlayış Ölçeği İzolasyon Alt Boyutu Toplam Puanı, BILINC: Öz Anlayış Ölçeği Bilinçlilik Alt Boyutu Toplam Puanı, ASIRIOZ: Öz Anlayış Ölçeği Aşırı Özdeşleşme Alt Boyutu Toplam Puanı, ORTAKIN: Öz Anlayış Ölçeği Ortak İnsanlık Alt Boyutu Toplam Puanı, Üç Parsel, LTB: Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Lezbiyen Topluluğuyla Bağlantı Alt Boyutu Toplam Puanı, LKK: Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Lezbiyen Olarak Kurumsal Kimlik Alt Boyutu Toplam Puanı, LYKDT: Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Lezbiyenliğe Yönelik Kişisel Duygular Alt Boyutu Toplam Puanı, DLYT: Lezbiyenler İçin İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeği Diğer Lezbiyenlere Yönelik Tutumlar Alt Boyutu Toplam, DEP1-DEP3: Beck Depresyon Ölçeği Maddelerinden Oluşturulmuş Olan Üç Parsel

Analiz sonucunda oluşan modele ilişkin standardize edilmiş yol katsayıları Şekil 8’de verilmiştir.



**Şekil 8. Kadın örnekleminde yapısal modelde hesaplanan standardize edilmiş yol katsayıları**

\* $p < .05$

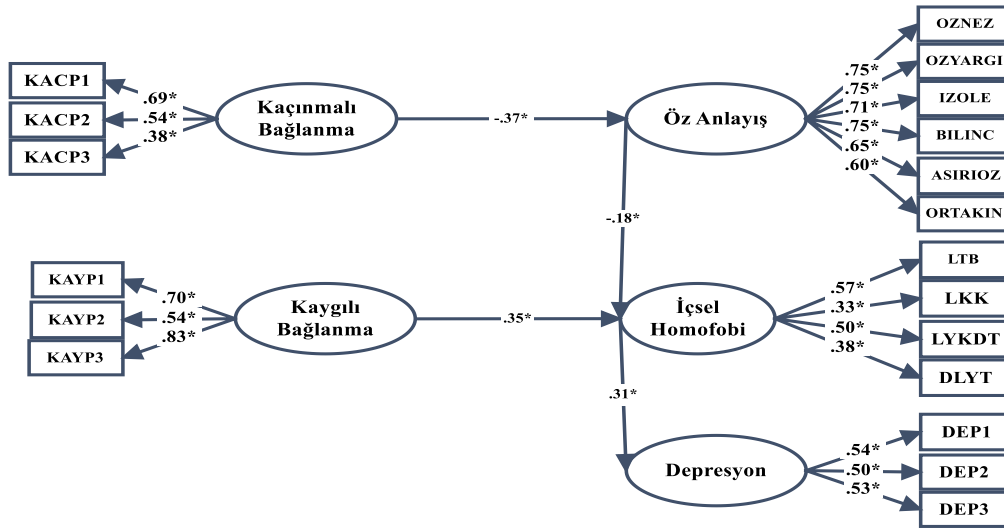
Analiz sonuçları incelendiğinde, kaygılı bağlanmadan içselleştirilmiş homofobiye ( $\beta = -.09$ ,  $p > .05$ ), öz anlayışa ( $\beta = .10$ ,  $p > .05$ ) ve depresyona ( $\beta = .23$ ,  $p > .05$ ); kaçınmalı bağlanmadan da depresyona ( $\beta = .23$ ,  $p > .05$ ) giden yol katsayılarının istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirlenmiştir. Ayrıca, içselleştirilmiş homofobiden depresyona giden yol katsayısının ( $\beta = .01$ ,  $p > .05$ ) da istatistiksel olarak anlamlı olmadığı tespit edilmiştir. Ölçme modelinde bu değişkenler arasında anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmesine karşın yapısal modelde bu ilişkilerin anlamlı çıkmaması, erkek örnekleminde test edilen modelde olduğu gibi, modelde yer alan diğer değişkenlerin bu ilişkilere etki ettiğini göstermektedir. Kaygılı bağlanmadan içselleştirilmiş homofobiye, öz anlayışa ve depresyona, ayrıca içselleştirilmiş homofobiden ve kaçınmalı bağlanmadan depresyona giden yolların istatistiksel olarak anlamlı olmaması, modelde diğer değişkenlerin (içselleştirilmiş homofobi, kaçınmalı bağlanma ve kaygılı bağlanma) de bağımsız değişken olarak yer alması ile açıklanabilir.

Yapısal model analizi sonucuna göre, kadın örnekleminde (lezbiyen ve biseksüel kadın) kaçınmalı bağlanmanın, içselleştirilmiş homofobi ( $\beta = .58$ ,  $p < .05$ ) ve öz anlayışı ( $\beta = -.47$ ,  $p < .05$ ) anlamlı bir şekilde yordadığı ifade edilebilir.

Bu durumda, analiz sonuçlarına göre, modelde aracı değişken olarak ele alınan içselleştirilmiş homofobi ve öz anlayış değişkenlerinin bağımlı değişkenle anlamlı ilişkiler göstermemesi aracılık testinin yapılmasına imkan vermemektedir. Kadın örnekleminde (lezbiyen ve biseksüel kadın) öz anlayışın ve içselleştirilmiş homofobinin aracı etkisinin olmadığı ifade edilebilir.

### Alternatif Model (Kadın Örneklemi)

Kadın örnekleminde belirlenen model test edildikten sonra, model üzerinde anlamlı olmayan yollar çıkarılarak model revize edilmiş ve son hali Şekil 9’da verilmiştir.



Şekil 9. Kadın örnekleminde yapısal model (Revize Edilmiş)

\* $p < .01$

Test edilen modele ilişkin uyum iyiliği değerleri de Tablo 19’da verilmiştir.

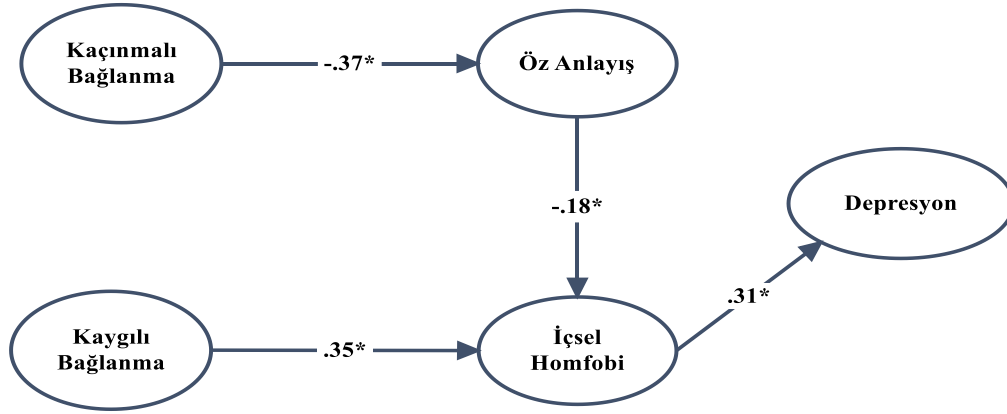
Tablo 19. Kadın Örnekleminde Test Edilen Model (Revize Edilmiş) Uyum Değerleri

Uyum İndeksleri	Değerler
$X^2 / sd$ (409.37/147)	2.78
RMSEA (% 90 güven aralığı = 0.056; 0.072)	.067
NNFI	.90
CFI	.91
GFI	.90
AGFI	.86
SRMR	.069

Tablo 19’da verilen, modele ilişkin uyum iyiliği değerleri incelendiğinde, modelin veri ile iyi uyum gösterdiği görülmektedir. Analiz sonuçlarına göre, kaygılı bağlanma ile depresyon arasında içselleştirilmiş homofobiden kaynaklanan dolaylı bir ilişkiden bahsedilebilir. Kaygılı bağlanma ile içselleştirilmiş homofobi ( $\beta = -.35$ ,  $p < .05$ ), içselleştirilmiş homofobi ile depresyon ( $\beta = .31$ ,  $p < .05$ ). Kaçınmalı bağlanma



ve depresyon arasında ise iki aşamalı bir dolaylı etkiden söz edilebilir, kaçınmalı bağlanma ile öz anlayış ilişkisi ( $\beta=-.37$ ,  $p<.05$ ), öz anlayış ile içselleştirilmiş homofobi ilişkisi ( $\beta=-.18$ ,  $p<.05$ ) ve içselleştirilmiş homofobi ile depresyon ilişkisi ( $\beta=.31$ ,  $p<.05$ ). Ayrıca, kaçınmalı bağlanma ile içselleştirilmiş homofobi arasında da, öz anlayış üzerinden bir dolaylı ilişkiden bahsetmek mümkündür. Elde edilen nihai modele ilişkin yol katsayıları da Şekil 10'da verilmiştir.



**Şekil 10. Kadın örneklemini yapısal model yol katsayıları**

\* $p<.01$

Modelde açıklanan varyans değerleri incelendiğinde, kaçınmalı bağlanmanın öz anlayış değişkeninde açıkladığı varyansın .14, içselleştirilmiş homofobinin depresyon değişkeninde açıkladığı varyansın .10 ve öz anlayış ile kaygılı bağlanmanın birlikte içselleştirilmiş homofobi değişkeninde açıkladıkları varyansın ise .19 olduğu belirlenmiştir.

## 4. BÖLÜM

### TARTIŞMA VE YORUM

Bu bölümde, bir önceki bölümde yapılan analizler sonucu elde edilen bulguların, konuyla ilgili alanyazın çerçevesinde tartışma ve yorumuna yer verilmiştir.

İlgili alanyazın incelendiğinde, LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) örnekleminde bağlanma stilleri ile öz anlayış, içselleştirilmiş homofobi ve depresyon değişkenlerinin birlikte ele alındığı bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle araştırmadan elde edilen bulgular, benzer çalışmalarla ilişkilendirilerek tartışılmış ve yorumlanmıştır

Araştırmada öncelikle cinsiyet ve cinsel yönelim gibi demografik değişkenlerin, araştırmanın değişkenleri ile ilişkileri incelenmiştir. Buna göre, LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) bireylerin romantik ilişkilerinde, kadınların erkeklere göre daha kaçınmalı ve kaygılı bağlandıkları ifade edilebilir. Ayrıca kadınların erkeklere göre daha yüksek öz nezaket puanına sahip olduğu, başarısızlıkları ile ilgili kendilerini daha çok yargıladıkları ve başarısızlıklarını daha çok genelleştirdikleri, yani insanlığın yaşadığı doğal bir durum olarak değerlendirdikleri söylenebilir. Erkeklerin ise kadınlardan daha depresif oldukları bu bulgulara göre ifade edilebilir.

*Hipotez: Bağlanma stilleri (Kaygılı ve Kaçınmalı) ile depresyon arasında doğrudan anlamlı düzeyde bir ilişki vardır.*

Kaçınmalı bağlanma değişkeninde lezbiyenlerle biseksüel kadınlar arasında lezbiyenlerde kaçınmalı bağlanmanın daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Buna göre, lezbiyenlerin biseksüel kadınlara göre ilişkilerine daha kaçınmalı bağlandıkları ifade edilebilir.

Gey ve biseksüel erkek örnekleminde; kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin kısmi aracılık etkisi olduğu belirlenmiştir. Kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişki hem içselleştirilmiş homofobi üzerinden hem de doğrudan gerçekleşmektedir. Araştırma bulguları öz anlayışın kaygılı bağlanma ile depresyon arasında aracılık rolünün gerçekleşmemiş olduğunu göstermektedir.

Lezbiyen ve biseksüel kadın örneğinde; kaygılı bağlanma ile depresyon arasında içselleştirilmiş homofobiden kaynaklanan dolaylı bir ilişkiden bahsedilebilir (kaygılı bağlanma ile içselleştirilmiş homofobi, içselleştirilmiş homofobi ile depresyon) . Kaçınmalı bağlanma ve depresyon arasında ise iki aşamalı bir dolaylı etkiden söz edilebilir-kaçınmalı bağlanma ile öz anlayış ilişkisi, öz anlayış ile içselleştirilmiş homofobi ilişkisi ve içselleştirilmiş homofobi ile depresyon ilişkisi-. Ayrıca, kaçınmalı bağlanma ile içselleştirilmiş homofobi arasında da, öz anlayış üzerinden bir dolaylı ilişkiden bahsetmek mümkündür.

#### **4.1. Öz Anlayışın Aracılığına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

*Hipotez: Bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı etkisi vardır.*

Bu çalışmada, gey ve biseksüel erkek örneğinde içselleştirilmiş homofobinin kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide kısmi aracılık etkisinin olduğu; kaygılı bağlanmanın öz anlayışı negatif şekilde yordadığı halde, öz anlayışın depresyon üzerinde bir aracılık etkisinin olmadığı görülmüştür.

Çalışmanın bulguları lezbiyen ve biseksüel kadın örneğinde ise kaçınmalı bağlanma ve depresyon arasında iki aşamalı bir dolaylı etki olduğunu göstermiştir; kaçınmalı bağlanma ile öz anlayış, öz anlayış ile içselleştirilmiş homofobi ve içselleştirilmiş homofobi ile depresyon ilişkisi. Ayrıca bu çalışmada kaçınmalı bağlanma ile içselleştirilmiş homofobi arasında öz anlayış üzerinden bir dolaylı ilişki olduğu bulgulanmıştır.

Alanyazın incelendiğinde Raque-Bogdan ve arkadaşları (2011) tarafından yapılan çalışma ayrıca Neff ve McGehee (2010) tarafından yapılan çalışma mevcut çalışmanın bulguları ile benzer sonuçlar vermiştir. Yine Gilbert ve Irons (2005) ayrıca Pepping, Davis, O'Donovan ve Pal (2015) tarafından yapılan çalışmaların da bulguları mevcut araştırmanın sonuçlarını destekler niteliktedir. Wei, Liao, Ku ve Shaffer (2011) tarafından yapılan araştırmanın da kaygılı bağlanma ve öz anlayış arasındaki negatif ilişkinin teorik yordamasını desteklediği ve bunun mevcut çalışma bulguları ile örtüştüğü görülmektedir. Ayrıca mevcut çalışmadan elde edilen sonuçlar Cunha, Martinho, Xavier ve Espírito-Santo (2013) yaptıkları çalışmanın bulguları ile de paraleldir. Asano ve arkadaşları (2012) tarafından yapılan bir başka araştırma sonucu bu çalışmanın sonuçlarını destekler niteliktedir.

Kelly ve Dupasquier (2016)'ın çalışmasında hatırlanan ebeveyn sıcaklığının daha yüksek kapasitede öz anlayışla ve anlayış görmenin genel duygusal deneyimler ve özellikle sosyal güven duygularıyla dolaylı olarak ilişkili olduğunu bulgulamışlardır bu da mevcut çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir.

Bu çalışmadan elde edilen bulguları destekler nitelikte, Mario Mikulincer, Shaver, Gillath ve Nitzberg (2005)'in yaptıkları ayrıca D'Alton ve diğerleri (2015) tarafından yapılan çalışmalardır.

Greene ve Britton (2015) yetişkin LGBTQ örnekleminde bağlanma teorisini kullanarak yaptıkları araştırma bulguları mevcut çalışmadan elde edilen bulgularla örtüşmektedir. Çocukluk olumlaması ve kişisel kontrol ile yetişkin mutluluğu arasındaki ilişkide öz anlayışın aracı olarak öncelikli rol oynadığını ve ayrıca kontrolün mutluluğun yordanmasında önemli bir katkısının olduğunu doğrulamıştır.

Yine bu çalışmada ulaşılan sonuçları doğrular bir diğer araştırma Başbuğ (2014) tarafından yapılmış ve sonuçları, ergenlik döneminde zihni meşgul eden konular, bağlanma tarzları, öz anlayış, psikolojik belirtilerin birbirleriyle ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır.

Mevcut çalışma lezbiyen ve biseksüel kadın örnekleminde kaçınılmaz bağlanma ile içselleştirilmiş homofobi arasında öz anlayış üzerinden bir dolaylı ilişki olduğunu göstermiştir. Heteroseksizm, heteroseksüelliğin normal ve ahlaki olan tek yaşam biçimi olduğuna inanmakta ısrarlıdır ve bu nedenle de lezbiyen, gey ve biseksüel bireylerin yönelimlerini olumsuz ve istenmeyen olarak değerlendirmektedirler. “Fark edilme korkusu, reddedilme veya homoseksüellikten kaynaklanan rahatsızlık, düşük öz saygı, geyliğin abartılı bir şekilde övülmesi ya da bütün heteroseksüellerin reddedilmesinin yanı sıra diğer homoseksüellere yönelik öfke” gibi olumsuz duygular içselleştirilmiş homofobiyi ortaya çıkarmaktadır ( Crews, 2012).

Cinsel azınlıklar damgalanmış kimlikleriyle her gün baş etmek zorunda kalabilmektedirler. Araştırmalar ilerledikçe teorisyenlerin, LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) bireylerle ilgili spesifik sorunları görmeye başladıkları ve bireyin lezbiyen, gey ve biseksüel olarak kimlik gelişimi sağlarken nasıl bir ilerleme kaydettiğini anlamak ve kavramsallaştırmak için çalışmalar yaptıkları gözlenmektedir. Öz anlayış “kişinin olumsuz yönlerine ve deneyimlerine karşı açık yürekli olması ve bunun duygusal sağlamlığı ve psikolojik iyi oluşu artırmasıdır”

(Neff, 2004: 28). Daha fazla öz anlayışlı olmak bireyin LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) kimliğinin oluşması için yardımcı bir araç olabilir. Öz anlayış şu yolları takip ederek bireye pozitif bir kimlik oluşturmasında destekleyici olabilir; başarısızlık hissi yaşadığında kendine karşı nazik olması (öz-nezaket); kendi yaşadığı deneyimlerin insanların yaşadığı deneyimlerin bir parçası olduğunu anlaması (insanoğlunun ortak yönleri), yaşadığı acı dolu hisler ve düşünceleri dengeli bir farkındalık düzeyinde tutabilmesi (farkındalık). İşte bu kendine karşı gösterilen nezaket öz anlayıştır (Crews,2012). Alanyazına bakıldığında içselleştirilmiş homofobi, bireyin özellikle ruh sağlığı ve kimlik gelişimi esnasında yaşadığı sıkıntılardan ötürü oluşan yeni bir kavram olarak tanımlanmaktadır ( Crews, 2012). Crews (2012) yaptığı çalışmada öz anlayışın doğrudan içselleştirilmiş homofobiye etki ettiğini belirtmemekle birlikte içselleştirilmiş homofobi oluşumu ile bununla baş etmede öz anlayışın önemine vurgu yapmıştır. Chandler (2013) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları bu çalışmanın bulguları ile örtüşmektedir. Chandler (2013), öz anlayış teşvikli gruplar aracılığıyla öz anlayışın kendini damgalamayı, olumsuz ruh halini ve olumsuz değerlendirilme korkusunu azaltmada etkili olup olmayacağı incelenmiştir. Araştırmanın bulguları, sürekli öz anlayışın kendini damgalama, olumsuz değerlendirilme korkusu ve olumsuz ruh halini azalttığını ve olumlu ruh halini arttırdığını yordamada anlamlı bir etkisinin olduğunu ortaya koymuştur. Öz anlayış ile içselleştirilmiş homofobi arasındaki ilişkiye dair çalışmaların az olmasının bu çalışmanın güçlü yönünü gösterdiği ve literatürdeki boşluğun doldurulmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmanın bulguları lezbiyen ve biseksüel kadın örneğinde öz anlayışın depresyon üzerinde dolaylı bir etkisi olduğunu göstermesine rağmen; gey ve biseksüel erkek örneğinde öz anlayışın depresyon üzerinde bir aracılık etkisi olmadığını göstermiştir.

Alanyazında bazı çalışmalar kadınların, erkeklere nazaran daha az öz anlayış sahibi oldukları ve kadınlar, erkeklerden daha fazla kendilerini yargıladıklarına, acı veren bir durumla karşılaştıklarında kendilerini yalnız hissetmeye daha eğilimli olduklarına ve daha fazla aşırı özdeşleşme yaşadıklarını ortaya koymuştur ( Neff, 2003a, akt., Tatlılıoğlu ve Deniz, 2010).

Bu durum farklı biyolojik cinsiyetteki bireylerin farklı sosyalizasyon süreçlerinden geçiyor olmalarından da kaynaklanabilir. Kültürümüzde, affedicilik,

kabul edicilik ve esneklik kadınlara özel özellikler görülürken; duygularını belli etmeme gibi özellikler erkeklere atfediliyor olabilir. Ayrıca erkek olmanın ve heteroseksizmin yüceltiildiği bir kültürde büyümüş olmak da eşcinsel erkeklerin homoseksüel cinsel yönelimlerinin özellikle erkekliği örselediği yönünde yanlış bir algı içinde olmalarına neden olabilmektedir. Bu da gey ve biseksüel erkeklerin öz anlayışlarından ziyade içsel homofobilerini depresyonda aracı kılabilenmektedir.

Bu çalışmada cinsiyet farkları açısından bakıldığında öz anlayışın alt boyut bazında kadınların daha yüksek öz anlayış puanlarına sahip oldukları görülmektedir. Öz anlayışın, öz nezaket, öz yargılama ve ortak insanlık alt boyutunda kadınların daha yüksek puanlar aldıkları gözlenmiştir. Cinsel yönelim göz önüne alındığında da benzer bulgular elde edilmiştir. Öz nezaket ve öz yargılamada biseksüel kadınların, gey ve biseksüel erkeklerden anlamlı olarak daha yüksek puanlar aldıkları; aynı zamanda lesbiyen bireylerin de geylerden ve biseksüel erkeklerden daha yüksek öz yargılama puanlarına sahip oldukları belirlenmiştir. Biseksüel kadınların biseksüel erkelere göre daha yüksek bilinçlilik puanı aldıkları ve lesbiyenlerin de biseksüel erkeklerden daha yüksek ortak insanlık puanı aldıkları şeklinde bulgular elde edilmiştir. Buna bağlı olarak, erkek örnekleminde öz anlayışın aracı etkisinin olmaması da bu farklılıklardan kaynaklanıyor olabilir.

Öz anlayışın cinsiyete göre farklılaşmasının değerlendirildiği bir meta analiz çalışmasında erkeklerin kadınlara göre az bir miktarda daha fazla öz anlayışa sahip oldukları raporlanmıştır. Araştırmanın bulgularında aradaki farkın az olmasına vurgu yapılmıştır. Bu yönüyle Yarnell ve diğerlerinin çalışmasından elde edilen bulgular mevcut çalışma ile örtüşmemektedir. Yarnell ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada araştırmaya katılan bireylerin cinsel yönelimleri ile ilgili bir ayırım yapılmadığı, heteroseksüel örneklem ile çalışıldığı görülmektedir (Yarnell ve diğerleri, 2015). Çalışma bulgularının örtüşmemesinin nedeninin örneklem farklılığı kaynaklı olduğu düşünülebilir. Bir başka çalışmada ise, lesbiyen olmanın sübjektif iyi oluşu olumlu yordadığı belirlenmiştir (Greene ve Britton, 2015). Sübjektif iyi oluş öz anlayışla ilişkili bir değişkendir ve bu da lesbiyen örneklemin daha yüksek öz anlayışa sahip olmasını destekler bir bulgu olarak değerlendirilebilir ve bu çalışmanın bulguları ile tutarlıdır.

Bu kapsamda literatür incelendiğinde, heteroseksüel örnekleminde kadınların daha düşük genel öz anlayışa sahip oldukları belirtilmiştir (Neff, Hsieh ve Dejitterat,

2005; Neff ve McGehee, 2010; Neff, 2003; Raes, 2010; Yarnell ve Neff, 2013). Bu bulgular göz önünde bulundurulduğunda cinsel yönelimin belirleyici bir rolünün olduğu ifade edilebilir.

Bunun yanında öz anlayışın cinsiyete göre farklılaşmadığının belirlendiği çalışmaların da olduğu görülmektedir (Iskender, 2009; Neff, Kirkpatrick ve Rude, 2007; Neff, Pisitsungkagarn ve Hsieh, 2008; Neff ve Pommier, 2013).

Genel olarak değerlendirildiğinde, LGB (lezbiyen, gey ve biseksüel) örnekleminde cinsiyete göre öz anlayışın farklılaşması, heteroseksüel örneklemden farklı görünmektedir. Bu durum iki erkeğin birlikte olmasına olan tepki ile iki kadının birlikte olmasına olan tepkinin ve bunun içselleştirilmesinden kaynaklanıyor olabilir. Çünkü literatürde, baskın cinsiyet normlarının düşük düzey öz anlayışla ilişkili olduğu ifade edilmektedir (Reilly, Rochlen ve Awad, 2014). Sonuç olarak, öz anlayışın cinsel yönelim bağlamında farklılaşması ile ilgili daha fazla çalışma yapılması gerektiği açıktır.

#### **4.2. İçsel Homofobinin Aracılığına İlişkin Bulguların Tartışma ve Yorumu**

*Hipotez: Bağlanma stilleri ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin aracı etkisi vardır.*

Bu çalışmanın bulgularına göre, gey ve biseksüel erkek örnekleminde; kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin kısmi aracılık etkisi olduğu ifade edilebilir. Kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişki hem içselleştirilmiş homofobi üzerinden hem de doğrudan gerçekleşmektedir.

Lezbiyen ve biseksüel kadın örnekleminde; kaygılı bağlanma ile depresyon arasında içselleştirilmiş homofobiden kaynaklanan dolaylı bir ilişkiden bahsedilebilir (kaygılı bağlanma ile içselleştirilmiş homofobi, içselleştirilmiş homofobi ile depresyon) . Kaçınmalı bağlanma ve depresyon arasında ise iki aşamalı bir dolaylı etkiden söz edilebilir, kaçınmalı bağlanma ile öz anlayış ilişkisi, öz anlayış ile içselleştirilmiş homofobi ilişkisi ve içselleştirilmiş homofobi ile depresyon ilişkisi.

İlgili alanyazın incelendiğinde Pielage, Gerlsma ve Schaap (2000)'ın araştırmalarının bu çalışmanın bulgularını destekler nitelikte olduğu görülmektedir. Pielage, Gerlsma ve Schaap (2000) güvensiz bağlanmanın stres ile psikopatoloji arasında bir aracı (taşıyıcı) değişken mi yoksa stresi artırarak psikopatolojiye yol açan nedensel bir (bağımsız) değişken mi olduğu incelemişlerdir. Bu araştırmacılar

güvensiz bağlanma örüntüsünün aracı değişkenden çok nedensel bir faktör olduğunu ve aslında stresli olayların bağlanma stilleri ile psikopatoloji arasındaki ilişkiye aracılık ettiğini bulmuşlardır. Bağlanma stilleri ve depresyon ilişkisine yönelik yapılan çalışmaların bulguları bu çalışmanın bulgularını doğrular nitelikte olup; güvensiz bağlanma biçimleri olan kaygılı/ikircikli bağlanma anksiyete bozuklukları ve depresif bozukluklarla ilişkilendirilirken, kaçınan bağlanma davranış bozukluğu ve diğer dışa vuruk patolojilerle ilişkilendirilmiştir (Kesebir, Kavzoğlu ve Üstündağ, 2011). Bu çalışmanın bulgularını destekler bir başka çalışma ise Cole-Detke ve Kobak'ın (1996) psikiyatrik tanı grupları ile yaptıkları çalışmanın sonuçlarıdır. Cole-Detke ve Kobak çalışmalarda kaygılı bağlananların güvenli ya da kaçınan bağlanmaya sahip olanlara oranla daha fazla depresyon tanısı aldığı ya da depresyon belirtileri gösterdiği bulunmuştur. Alanyazında bu araştırmanın bulgularına benzer bulgulara ulaşılan bir diğer çalışma ise olumsuz benlik modeli (düşük özsaygı) ve başkalarının onayına sürekli ihtiyaç duyma gibi özellikleri nedeniyle bağlanma kaygısının depresyon yatkınlığı ile ilişkili olduğunu gösterilmiştir (Simpson ve ark., 2003).

Literatür kaçınmacı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkiye dair genellikle karmaşık bulgular ortaya koymaktadır. Wei, Liao, Ku, ve Shaffer'ın (2011) çalışmalarında kaçınmacı bağlanma ile depresyon yatkınlığı arasında anlamlı bir ilişki bulgularken; Shaver, Schachner ve Mikulincer (2005) ise anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Bu araştırmanın bulgularına benzer sonuçlara ulaşılan bir diğer çalışmada; Strodl ve Noller (2003) tarafından 44 agorafobik, 25 major depresif bozukluğa sahip ve 53 hiçbir psikopatoloji bulunmayan kadın üzerinde yürütülmüştür. Araştırma bulgularına göre güvensiz bağlanma kategorisine ait olan onaylanma ihtiyacı ve ilişkilere karşı saplantılı olma boyutları majör depresif bozuklukla birebir ilişkilidir ve kişinin genel öz yeterlik duygusu, onaylanma ihtiyacı ve depresyon için ara değişken olarak ifade edilmektedir. Alanyazın incelendiğinde özellikle gey gençliğin heteroseksüel akranlarına göre majör depresyon, genel kaygı bozukluğu, davranış bozuklukları, madde kötüye kullanımı ve bağımlılığı, çoklu bozukluklar, suisid davranışlar, cinsel riskli davranışlar ve genel sağlığını korumada yetersizlik açısından daha yüksek risk altında olduğunu göstermektedir (Fergusson, Horwood ve Beautrais, 1999; Lock ve Steiner, 1999).



Bu çalışmada gey ve biseksüel erkek örnekleminde; kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin kısmi aracılık etkisinin olduğu; lezbiyen ve biseksüel kadın örnekleminde ise kaygılı bağlanma ile depresyon arasında içselleştirilmiş homofobiden kaynaklanan dolaylı bir ilişkiden bahsedilebileceği; kaçınmalı bağlanma ve depresyon arasında ise iki aşamalı bir dolaylı etki olduğu bulgulanmıştır (kaçınmalı bağlanma ile öz anlayış ilişkisi, öz anlayış ile içselleştirilmiş homofobi ilişkisi ve içselleştirilmiş homofobi ile depresyon ilişkisi). Ayrıca, kaçınmalı bağlanma ile içselleştirilmiş homofobi arasında da, öz anlayış üzerinden bir dolaylı ilişki olduğu görülmüştür.

Günümüze kadar yetişkin bağlanma stilleri genellikle heteroseksüel örnekleme çalışılmış olmasına rağmen alanyazında bağlanma ve depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin aracılık etkisini gösteren ve bu çalışmanın bulgularını destekleyen araştırmalar bulunmaktadır.

Klinik çalışmalar (Evans, 1969) eşcinsel erkeklerin yakın temasta olan kontrolcü anne ve mesafeli reddedici baba modeli bildirdiklerini söylemektedir. Klinik olmayan küçük örneklerde eşcinsel erkekler heteroseksüel erkeklere göre anne babalarını daha reddedici ve daha az sevgi dolu olarak tarif etmişler (Milic ve Crowne, 1986; Siegelman, 1981). Heteroseksüel, gey erkekler ve lezbiyenlerden oluşan klinik olmayan bir başka grupta yapılan çalışma da benzer sonuçlar vermiştir (Thompson, Schwartz, McCandless, Edwards, 1973). Kurdek ve Schmitt (1987) ile Kippax ve arkadaşları (1993) çalışmalarıyla eşcinsel erkekler ve lezbiyenlerin gey toplumu içerisinde yüksek ölçüde destekleyici bağlantılar geliştirebildiklerini; bağlanma stillerinin erken ebeveynlikten çok bu ilişkilerden etkilendiği belirtmişlerdir.

Brown ve Trevethan (2010) erkek eşcinsellerle yaptıkları bir çalışmada utanç, içselleştirilmiş homofobi, kimlik kazanımı, bağlanma stili ve bunların ilişki durumu ile bağlantısını araştırmışlardır. Araştırma sonuçları kaygılı ve kaçınmacı bağlanma stili ve içselleştirilmiş homofobinin utanmayı belirlediğini göstermiştir.

Sherry (2007) lezbiyen, gey ve biseksüel örneklem ile yaptığı bir çalışmada güvenli bağlanmanın içselleştirilmiş homofobi, utanma ve suçlulukla negatif yönde ilişki içinde olduğunu göstermiştir. Ayrıca mevcut çalışma kaygılı ve kaçınmacı

bağlanma stiline eşcinsel erkeklerde algılanan ayrımcılık ve depresyon düzeyi arasındaki varyansın anlamlı bir bölümünü açıklamıştır.

Herek, Gillis ve Cogan (2009) cinsel azınlığa mensup yetişkinlerde içselleştirilmiş damgalanmanın sosyal ve psikolojik açıdan görüntülerini inceledikleri çalışmalarında, yüksek düzeyde öz-damgalanmanın düşük öz -saygıyla pozitif yönde güçlü bir korelasyon gösterdiğini ve bunun pozitif duygulanımda azalma, anksiyete ve depresyon belirtilerinde artma olarak ortaya çıkabileceğini bulmuşlardır. Frost ve Meyer (2009) tarafından yürütülen bir çalışmada depresyonun içselleştirilmiş homofobi ve ilişki tatmini arasında aracılık yaptığı sonucuna ulaşmışlardır. Buna göre içselleştirilmiş homofobi öncelikle depresif semptomları belirgin bir şekilde arttırarak ilişki problemlerine neden olmaktadır.

İçsel homofobi eşcinsel deneyimini anlamada araştırma ve klinik pratikte önemli bir konsept haline gelmiştir, çünkü tüm eşcinsel bireylerin belirli bir derecede içselleştirilmiş homofobi yaşadığı ve bunun eşcinsel bireylerde psikolojik gerilime yol açtığı düşünülmektedir (Szymanski, Chung ve Balsam, 2001). Araştırmalar içselleştirilmiş homofobinin sosyal desteklerle ilgili tatmin ve genel sosyal destek ile negatif yönde ilişki içinde olduğunu göstermektedir (Szymanski, Chung ve Balsam, 2001).

İçselleştirilmiş homofobinin; depresyon ve kaygı semptomları, madde kullanımı bozuklukları ve intihar düşüncesini kapsayan ruh sağlığıyla anlamlı ilişkisinin bulunduğu belirtilmiştir (DiPlacido, 1998; Meyer ve Dean, 1998; Williamson, 2000). Gonsiorek ve Rudolph (1991) gey erkekler ve lezbiyenlerin içselleştirilmiş negatif görüşlerinin yalnızca cinsel yönelim etrafındaki kendinden şüphe etme üzerine kurulu olmadığı ama depresyonu öngören genel bir kendinden nefrete sebep olduğu teorisini öne sürmüşlerdir.

Bu çalışmanın bulguları gey ve biseksüel erkek örneğinde; kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide içselleştirilmiş homofobinin kısmi aracılık etkisi olduğunu; lezbiyen ve biseksüel kadın örneğinde; kaygılı bağlanma ile depresyon arasında içselleştirilmiş homofobiden kaynaklanan dolaylı bir ilişkiden bahsedilebileceğini; kaçınmalı bağlanma ve depresyon arasında ise iki aşamalı bir dolaylı etkiden (kaçınmalı bağlanma ile öz anlayış ilişkisi, öz anlayış ile

içselleştirilmiş homofobi ilişkisi ve içselleştirilmiş homofobi ile depresyon ilişkisi) söz edilebileceğini göstermiştir.

Alanyazında pek çok çalışma bu çalışmanın bulgularını destekler niteliktedir. Herek, Gillis ve Cogan (2015) tarafından yapılan bir araştırmada sonuçlarında, özgüven uzun dönemli olarak da içselleştirilmiş homofobi ile depresyon, anksiyete ve pozitif duygulanım arasındaki ilişkide aracılık etkisine sahip olduğu belirtilmiştir.

Bricker' in (2008) gey ve lezbiyenlerden oluşan bir örnekleme yaptığı çalışmada içselleştirilmiş homofobideki yüksek skorların depresyonda yüksek skorları öngördüğünü bulgulamıştır.

Jones (2011) içselleştirilmiş homofobi, depresyon, sosyal destek ve ilişkisel görüngüler arasındaki ilişkiyi gey erkek ve lezbiyenden oluşan bir örneklem grubunda incelemiştir. Sonuçlar içselleştirilmiş homofobi ile kötü ilişki işlemesi ve az ilişki tatmininin ilişkilendirildiğini göstermiştir. Bu çalışma ayrıca içselleştirilmiş homofobi gibi azınlıkla alakalı stres faktörlerinin psikolojik sorunlarla daha büyük olasılıklarda karşılaşılmasıyla ilişkilendirilmesine destek veren kanıtlar sağlamış ve içselleştirilmiş homofobi düzeyleri depresyon formundaki bireysel sıkıntılar ile ilişkilendirilmiştir.

Herek, Cogan, Gillis ve Glunt (1998) tarafından yapılan, gey ve lezbiyenlerle çalışılan bir araştırmada, kadınların içselleştirilmiş homofobi skorlarının erkeklerinkinden düşük olduğunu; lezbiyen ve geylerde benzer olarak, içselleştirilmiş homofobiyle heteroseksüel arkadaşlara kendini daha az açma ve gey ve lezbiyen topluluklara bağlılık düzeyinin düşük olması arasında ilişki olduğu belirtilmiştir. İçsel homofobi düzeyi yüksek olan gey ve lezbiyenlerde daha fazla depresif belirti ve diğerlerine oranla daha fazla demoralizasyon görüldüğü, yüksek içselleştirilmiş homofobi düzeyi olan erkeklerin diğer erkeklere göre daha düşük özgüven gösterdiği ifade edilmiştir. McLaughlin, Hatzenbuehler, Xuan ve Conron (2012) tarafından yürütülen “erken dönem olumsuz yaşantılara maruz kalma ve psikiyatrik hastalık durumunun cinsel yönelime göre farklılaşması” başlıklı araştırmalarının sonuçlarına göre gey, lezbiyen ve biseksüel katılımcıların psikopatoloji düzeyinin heteroseksüellerden yüksek olduğu belirtilmiştir. Çocukluk ve ergenlikte kurban seçilme ve olumsuz yaşantılara maruz kalmanın gey, lezbiyen ve biseksüel yönelimi

olanlarda intihar eğilimi, depresif belirtiler, sigara kullanımı ve alkol kötüye kullanımını anlamlı şekilde etkilediği tespit edilmiştir.

Frost ve Meyer (2009)'in “ lezbiyen, eşcinsel erkek ve biseksüellerde içselleştirilmiş homofobi ve ilişkinin niteliği” üzerine yaptıkları çalışmada; içselleştirilmiş homofobinin özellikle çift olan bireyler olmak üzere tüm katılımcılarda daha ciddi ilişki problemleriyle ilişkili olduğunu ve öncelikle depresif semptomları belirgin bir şekilde arttırarak ilişki problemlerine neden olduğu göstermektedir.

Bu çalışmanın bulgularına paralel sonuçlara ulaşılan bir diğer çalışma Roll tarafından yapılmıştır. Roll (2014) bir grup gey bireyle yaptığı çalışmada, diğer araştırmanın bulguları ile tutarlı olarak içselleştirilmiş homofobi ile depresyon arasında anlamlı ilişkiler bulunmuştur.

Newcomb ve Mustanski'nin (2010) meta-analiz çalışmasında içselleştirilmiş homofobi ve ruh sağlığıyla ilgili 31 çalışma analiz edilmiş, yüksek düzeyde içselleştirilmiş homofobinin depresyon ve anksiyete gibi içselleştirilmiş ruh sağlığı problemlerinin daha fazla olmasıyla ilişkili olduğu bulunmuştur.

Igartua ve arkadaşlarının (2003) gey ve lezbiyen bireyle yaptıkları çalışmada ise içselleştirilmiş homofobinin depresyon puanlarındaki varyansın % 18'ini, anksiyete puanlarındaki varyansın % 13'ünü açıkladığı ve içselleştirilmiş homofobinin intiharı, depresyondan bağımsız olarak yordamadığı belirtilmiştir.

Bu çalışmanın bulgularını destekler bir diğer çalışma da Herek ve diğerleri (1997) tarafından gey, lezbiyen ve biseksüel bireyle yapılan, içselleştirilmiş homofobi ölçeğinde yüksek puan alan gey ve lezbiyenlerin, anlamlı derecede daha fazla depresif semptom bildirdiklerini bulgulayan çalışmadır.

Kaysen ve diğerleri (2014) tarafından yapılan bir araştırma sonuçları; içselleştirilmiş homofobinin psikolojik zorlanma ile doğrudan ilişkili olup, dolaylı yoldan işlevsel olmayan baş etme yoluyla ilişkili olduğunu göstermiştir. Mevcut çalışmada İşlevsel olmayan baş etmenin belirleyici olarak, işlevsel baş etme veya cinsel azınlığa özgü baş etmeye kıyasla depresyon ve anksiyete daha çok katkısı olduğu görülmüştür.

Szymanski, Dunn ve İkizler (2014) “Cinsel azınlığa mensup erkeklerde cinsiyet rol karmaşası, heteroseksist ayrımcılık ve depresyon arasındaki ilişkinin

belirleyicisi olarak içsel heteroseksüellik” adlı araştırmalarında gey ve biseksüel örneklem grubu ile çalışmış ve yapılan çalışmanın sonuçlarına göre cinsiyet rol karmaşasının paternleri cinsel azınlığa mensup erkeklerin hayatları ve ruh sağlıkları üzerinde etkili olduğunu ortaya koymuştur. İş, okul ve aile ilişkileri arasındaki çatışma, cinsel azınlığa mensup erkeklerde depresyonun biricik ve doğrudan belirleyicisi olarak ortaya çıkmıştır. Bunlara ek olarak, yapılan çalışma erkekler arasındaki bağlayıcı duygusal davranış depresyon ve heteroseksist ayrımcılık-depresyon ilişkilerinde içsel heteroseksüelliğin belirleyici rolünü ortaya koymuştur. Mevcut çalışma bu araştırmanın bulgularını doğrular niteliktedir.

Bruce, Harper ve Bauermeister (2015) araştırmalarında ergenlikteki cinsel yönelimden dolayı damgalanma deneyimi ve gizleme stresinin majör depresif semptomlar üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu belirtilmiştir. Gençöz ve Yüksel (2006) tarafından bir grup gey ve biseksüel erkekle yapılan çalışmada içselleştirilmiş homofobinin özellikle depresyon ve anksiyete semptomları olmak üzere psikolojik problemlerle ilişkili olduğu bulunmuştur.

Yalçınoğlu ve Önal (2013) tarafından, gey ve biseksüel erkek örneklemini üzerinde yapılan başka çalışmada ise, içselleştirilmiş homofobi düzeyi yüksek olan katılımcıların içselleştirilmiş homofobi düzeyi düşük olan katılımcılara göre depresyon düzeylerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğu ve psikolojik sıkıntılarının anlamlı derecede daha fazla olduğu bulunmuştur.

Baydar (2015) gey, lezbiyen, biseksüel bireylerde içselleştirilmiş homofobi ve psikolojik sıkıntıları incelediği çalışmasında; içselleştirilmiş homofobi düzeyi yüksek olan gey, lezbiyen ve biseksüel katılımcıların anksiyete ve depresyon düzeylerinin, psikolojik sıkıntılarının ve intihar düşüncelerinin anlamlı derecede daha yüksek olduğunu belirtmiştir.

Gey, lezbiyen ve biseksüel bireylerle yapılan çalışmalar heteroseksüel karşıtlarına göre daha yüksek oranda ruhsal ve fiziksel sorunlar yaşamalarına neden olduğunu göstermektedir. Buradaki en önemli nedensellikten birinin de içselleştirilmiş homofobi olduğu alanyazında pek çok çalışma tarafından desteklenmektedir.

Alan yazındaki çalışmalara bakıldığında bağlanma stilleriyle ilgili bulguların değişkenlik gösterdiği görülmektedir. Örneğin, Ridgely ve Feeney (1998) geylerde ve

biseksüel erkeklerde kaygılı bağlanmanın lezbiyenlerden ve biseksüel kadınlardan daha yüksek olduğunu, kaçınılmaz bağlanmanın ise lezbiyen ve biseksüel kadınlarda gey ve biseksüel erkeklerden daha yüksek olduğunu ifade etmektedirler.

46 gey ve 41 lezbiyen olmak üzere küçük bir örnekleme yapılan bir diğer çalışmada ise geylerde kaygılı bağlanmanın lezbiyenlere göre daha yüksek olduğu belirlenmekle birlikte aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı belirtilmiştir. (Craft, Serovich, McKenry ve Lim, 2008). Lezbiyen ve gey örnekleminde yapılan bir başka çalışmada da, bağlanma stillerinin biyolojik cinsiyete göre farklılaşmadığı belirlenmiştir (Harris, 2012). Literatürdeki kaynaklar incelendiğinde yalnızca geyler veya lezbiyen örneklemlerde bağlanma stillerinin araştırıldığı görülmektedir. Örneğin, Elizur ve Mintzer (2003) 121 gey bireyle yaptıkları çalışmada hem cinsleriyle birlikte olan geylerin heteroseksüel çiftlerle benzer nitelikte ilişki doyumlarının olduğunu ve bağlanma stilleri bakımından da heteroseksüel çiftlere benzediklerini belirtmişlerdir. Bu açıdan bakıldığında gey bireylerin genel örneklemden bağlanma stilleri açısından farklılaşma göstermedikleri ortaya konmuştur. Wells ve Hansen (2003) ise lezbiyen örneklem üzerinde bir çalışma yürütmüş ve içselleştirilmiş utanç, lezbiyen kimlik bütünleşmesi ve bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmacılar yüksek düzeyde güvenli bağlanmanın düşük düzeyde utanç ile ilişkili olduğunu, korkulu veya saplantılı bağlanmanın yanı sıra yüksek düzeydeki kaçınmanın da yüksek düzeyde utançla ilişki gösterdiğini vurgulamışlardır. Peplau, Cochran, Rook, ve Padesk'e (1978) göre partnerleriyle birlikte zaman geçiren lezbiyenlerin ilişkideki yakınlıktan ve doyumdan ötürü güvenli bağlanma gösterdiklerini ve otonomiye önem veren lezbiyenlerden anlamlı düzeyde farklılaştıklarını belirtmişlerdir.

Bunun yanında genel örnekleme yapılan çalışmalardan bazılarının da erkeklerin kaçınılmaz bağlandıkları, kadınların ise daha çok kaygılı bağlandıkları yönünde bulgular bulunmaktadır (Bartholomew ve Horowitz, 1991; Feeney, 1999). Bu bağlamda, cinsiyetlere göre bağlanmanın nasıl olduğuna dair tutarlı bulgulara ulaşabilmek amacıyla alanda daha fazla çalışma yapılmasına ihtiyaç vardır.

### **4.3. Sonuç, Araştırmanın Sınırlılıkları ve Öneriler**

Sonuç olarak, gay ve bisekseül erkek örnekleminde, kaygılı bağlanmanın öz anlayışı negatif yordadığı ve kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide

içselleştirilmiş homofobinin kısmi aracılık etkisinin olduğu belirlenmiştir. Lezbiyen ve bisekseül kadın örnekleminde ise, kaçınılmaz bağlanma ve kaygılı bağlanma ile depresyon arasındaki ilişkide öz anlayışın ve içselleştirilmiş homofobinin dolaylı etkilerinin olduğu belirlenmiştir. Aynı zamanda, kaygılı ve kaçınılmaz bağlanmanın ve öz anlayışın kadınlarda daha fazla olduğu, içselleştirilmiş homofobide ise; geyler ile bisekseül erkekler ve lezbiyenler ile bisekseül kadınlar arasında farklılaşma olmadığı belirlenmiştir.

Araştırmanın sınırlılıklarından birisi modellerin cinsel yönelim bazında test edilmemiş olmasıdır. Daha sonra yapılacak çalışmalarda benzer modeller farklı cinsel yönelimi olan gruplarda test edilebilir. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı örneklem ile ilgilidir. Araştırmada çoğunlukla büyük şehirlerden örneklem toplanmıştır ve analizler bu örneklem üzerinde gerçekleştirilmiştir. Büyük şehirlerde bulunan LGB (lezbiyen, gey ve bisekseül) bireyler küçük şehirlere göre toplumsal örgütlere daha kolay ulaşabilir konumdadırlar. Bu nedenle yapılacak araştırmalarda küçük şehirlerde ve ülkenin çeşitli bölgelerinde yaşayan LGB (lezbiyen, gey ve bisekseül) bireylerden veri toplanarak çalışmalar yapılabilir.

Araştırmanın bir sınırlılığı da lezbiyen ve bisekseül kadınlarda içselleştirilmiş homofobinin ölçüldüğü ölçme aracı ile gey ve bisekseül erkeklerde içselleştirilmiş homofobinin ölçüldüğü ölçme aracının farklı olmasından kaynaklanmaktadır. Farklı ölçme araçları kullanıldığından bu gruplar içselleştirilmiş homofobi düzeyleri bakımından karşılaştırılamamıştır.

Araştırma lezbiyen, bisekseül kadın, gey ve bisekseül erkek örneklemini üzerinde yapılmıştır. Trans bireyler araştırmanın örnekleminde yer almamıştır. Benzer modellerin trans bireylerden oluşan bir örnekleminde test edilmesi literatüre katkı sağlayabilir.

Bu çalışmanın sonuçlarına bakıldığında özellikle lezbiyen, gey ve bisekseül gruplarla çalışan/ çalışacak olan ruh sağlığı uzmanlarının depresyonu, her bir yönelimle farklı yapılandırılmış bir sistematikte çalışması gerektiği görülmektedir. Gey ve bisekseül erkek grubu ile çalışmada özellikle içsel homofobinin kavramı oldukça önemlidir. Lezbiyen ve bisekseül kadın grubu ile çalışmada hem öz anlayış hem de içsel homofobinin ele alınacağı bir terapi modalitesi daha olumlu sonuçlar verebilir gibi görünmektedir. Temelde bağlanma, içsel homofobi ve öz anlayış

içeriğinden oluşan bir sağaltım yaklaşımının bu gruplarda depresyon çalışırken oldukça olumlu sonuçlar vereceği düşünülmektedir.



## KAYNAKÇA

- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44, 709–716.
- Allen, D. J. ve Oleson, T. (1999). Shame and internalized homophobia in gay men. *Journal of Homosexuality*, 37, 33– 43.
- Allport, G. W. (1954). The nature of prejudice. Cambridge, MA: Perseus Books.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2001). Psikiyatride Hastalıkların Tanımlanması ve Sınıflandırılması Elkitabı, Yeniden Gözden Geçirilmiş 4. Baskı (DSM-4-TR) (E Köroğlu, Çev.). Ankara, Hekimler Yayın Birliği.
- Amerikan Psikiyatri Birliği (2013). Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayımsal Elkitabı, 5. Baskı (DSM-5) (E Köroğlu, Çev.). Ankara, Hekimler Yayın Birliği.
- Andiç, S. (2013). Ergenlik döneminde zihni meşgul eden Konularla İlişkili Değişkenler: Bağlanma Tarzları, Öz Şefkat ve Psikolojik Belirtiler. Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara
- Asano, K., Hatori, K., Ishimura, I., Koganei, K., Masahiro, Y., Sukigara, N. ve Toshiaki, N. (2012). Characteristics of self-compassion and self-disgust on attachment styles. *International Journal of Psychiatry in Clinical Practice*, 16(sup1), 51–52.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7, 147-178.
- Bartholomew, K. ve Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226–244.
- Başar, K., Nil, M. Ş. ve Kaptan, S. (2010). Eşcinsellikle İlgili Yaygın Yanlışlar, Bilimsel Doğrular. A. Erol ve N. Öztop (Dü) içinde. Anti-Homofobi Kitabı/ 2 Uluslararası Homofobi Karşıtı Buluşma, 68-77.
- Başbuğ, S. (2014). Gençlerin zihinlerini meşgul eden konular farklılaşıyor mu?. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 2(4).
- Baydar, M. (2015). Gay, Lezbiyen ve Biseksüel Bireylerde İçselleştirilmiş Homofobi ve Psikolojik Sıkıntılar. Adnan Menderes Üniversitesi.
- Bayramoğlu, A. (2011). Self-Compassion In Relation to Psychopathology, Doctoral dissertation, Middle East Technical

University.

- Bell, A. P., Weinberg, M. S. ve Hammersmith, S. K. (1981). *Sexual preference: Its development in men and women*. Bloomington, IN: Indiana University Press.
- Bobbe, J. (2002). Treatment with lesbian alcoholics: Healing shame and internalized homophobia for ongoing sobriety. *Health and Social Work, 27*: 218-222.
- Bourn, J. R. (2013). *The Relationships between Internalized Heterosexism, Spirituality and Mental Health in Lesbian, Gay and Bisexual Young Adults*. University of Tennessee.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. *International Journal of Psychoanalysis, 39*, 350–373.
- Bowlby, J. (1969). Disruption of affectional bonds and its effects on behavior. *Canada's Mental Health Supplement, 59*
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss, Vol. 2: Separation*. New York, NY: Basic Books
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment (2nd ed.)*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York, NY: Basic Books.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology, 28*.
- Bretherton, I. (1995). Attachment theory and developmental psychopathology. *In Rochester symposium on developmental psychopathology*. Vol. 6, 231-260.
- Bricker, M. E. (2008). *The Role of Emotional Approach Coping and Internalized Homophobia in Perceived Stress, Depression, and Meaning in Life Among Gay Men and Lesbians*. The University of Memphis.
- Bringaze, T.B. ve White, L. J. (2001). Living out proud: Factors contributing to healthy identity development in lesbian leaders. *Journal of Mental Health Counseling, 23*: 162-173.
- Brown, J. ve Trevethan, R. (2010). Shame, internalized homophobia, identity formation, attachment style, and the connection to relationship status in gay men. *American Journal of Men's Health, 4*, 267–276.

- Bruce, D., Harper, G. W. ve Bauermeister, J. A. (2015). Minority stress, positive identity development, and depressive symptoms: Implications for resilience among sexual minority male youth. *Psychology of sexual orientation and gender diversity*, 2(3), 287.
- Buddhaghosa (1975). Path of purification. Kandy, Sri Lanka: Buddhist Publication Society.
- Cabaj, R. P. (1988). Gay and lesbian couples: Lessons on human intimacy. *Psychiatric Annals*, 18, 21–25
- Campos, J. J., Barrett, K. C., Lamb, M. E., Goldsmith, H. H. ve Stenberg, C. (1983). Socioemotional development. İçinde M. M. Haith ve J. J. Campos (Ed.), *Handbook of psychology* (2. baskı). New York: Wiley.
- Carnelley, K., Pietromonaco, P. ve Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 127-140
- Cass, V. C. (1979). Homosexual identity formation: A theoretical model. *Journal of Homosexuality*, 4, 219-235.
- Cass, V. C. (1984). Homosexual identity formation: Testing a theoretical model. *Journal of Sex Research*, 20, 143–167.
- Chandler, S. (2013). Can Self-Compassion Be Induced to Reduce Sexual Minority Stigma and Protect Psychological Functioning?. Masters of Arts in Psychology, East Tennessee State University
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2012). Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL uygulamaları. Pegem Akademi.
- Cole-Detke, H. ve Kobak, R. (1996). Attachment processes in eating disorder and depression. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(2), 282.
- Coleman, E. (1981–1982). The developmental stages of the coming out process. *Journal of Homosexuality*, 7(2–3), 31–43.
- Craft, S. M., Serovich, J. M., McKenry, P. C. ve Lim, J.-Y. (2008). Stress, Attachment Style, and Partner Violence Among Same-Sex Couples. *Journal of GLBT Family Studies*, 4(1), 57–73.
- Crews, D. A. (2012). Exploring self-compassion with lesbian, gay, and bisexual persons, Doctoral Dissertation, University of Utah.
- Cunha, M., Martinho, M. I., Xavier, A. M. ve Espírito Santo, H. (2013).

Early memories of positive emotions and its relationships to attachment styles, self-compassion and psychopathology in adolescence. *European Psychiatry*, 28, 1.

- D'Alton, P., Kinsella, L., Gullo, G., Donnelly, A., O'Meara, A., Moriarty, M. ve Guerin, S. (2015). The mediating role of self-compassion in the relationship between adult attachment styles and psychological distress among Oncology patients. *Psycho-Oncology*, 24(August), 101–103.
- Deniz, M. E. Kesici, Ş. ve Sümer, S. A. (2008). The Validity and Reliability of the Turkish Version of the Self-Compassion Scale, *Social Behavior and Personality*, 36(9), 1151–1160.
- Dilbaz, N. ve Seber, G. (1993). Umutsuzluk kavramı: Depresyon ve intiharda önemi. *Kriz Dergisi*, 1(3), 134-138.
- DiPlacido, J. (1998). Minority stress among lesbians, gay men, and bisexuals: A consequence of heterosexism, homophobia, and stigmatization. In G.M. Herek (Ed.), *Stigma and sexual orientation: Understanding prejudice against lesbians, gay men, and bisexuals* (pp. 138-158). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Dorfman, R. A., Walters, K. L., Burke, P., Hardin, L., Karanik, T., Raphael, J. ve Silverstein, E. (1995). Old, sad and alone: The myth of the aging homosexual. *Journal of Gerontological Social Work*, 24(1-2), 29-44.
- Dozier, M., Stovall, K. C. ve Albus, K. E. (1999). Attachment and psychopathology in adulthood. Cassidy, J. ve Shaver, P. R. (Eds) *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*. Guilford: New York. 497-519.
- Elizur, Y. ve Mintzer, A. (2001). A framework for the formation of gay male identity: Processes associated with adult attachment style and support from family and friends. *Archives of Sexual Behavior*, 30, 143–167.
- Elizur, Y. ve Mintzer, A. (2003). Gay males' intimate relationship quality: The roles of attachment security, gay identity, social support, and income. *Personal Relationships*, 10, 411–435.
- Erikson, E. H. (1993). *Childhood and society*. WW Norton ve Company.
- Evans, M. G. (1969). Convergent and discriminant validities between the Cornell Job Descriptive Index and a measure of goal attainment. *Journal of Applied Psychology*, 53(2), 102.
- Eysenck, H. J. ve Wakefield, J. A. (1983). *Diagnosis and Clinical Assessment: The DSM-III*. Annual Review of Psychology;

34: 167-193.

- Feeney, J. A. (1999). Issues of Closeness and Distance in Dating Relationships: Effects of Sex and Attachment Style. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(5), 571–590.
- Fergusson, D. M., Horwood, J. L. ve Beautrais, A. L. (1999). Is sexual orientation related to mental health problems and suicidality in young people? *Archives of General Psychiatry*, 56, 876–880
- Feyzioğlu, S.E. (2008). Bağlanma stilleri, problem çözüme becerileri ve hükümlülük özellikleri arasındaki ilişkiler. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Folkman, S. ve Moskowitz, J. T. (2000). Stress, positive emotion, and coping. *Current Directions in Psychological Science*, 9(4), 115–118.
- Frost, D. M. ve Meyer, I. H. (2009). Internalized homophobia and relationship quality among lesbians, gay men, and bisexuals. *Journal of Counseling Psychology*, 56(1), 97–109.
- Gençöz T, Yüksel M. (2006). Psychometric Properties of the Turkish Version of the Internalized Homofobia Scale. *Arch Sex Behav*, 35(5):597-602.
- Georgatos A, Cancro R, (1988). Depression and mania: a comprehensive textbook. New York: Elsevier.
- Germer, C. K. (2009). The mindful path to self-compassion. Freeing yourself from destructive thoughts and emotions. New York: The Guilford Press.
- Gilbert, P. ve Irons, C. (2005). Focused therapies and compassionate mind training for shame and self-attacking. In P. Gilbert (Ed.), *Compassion: Conceptualisations, research and use in psychotherapy* (pp. 263–325). London: Routledge.
- Gilbert, P., McEwan, K., Matos, M. ve Rivis, A. (2011). Fears of compassion: development of three self-report measures. *Psychology and psychotherapy*, 84(3), 239–55.
- Goetz, J., Keltner, D. ve Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An Evolutionary Analysis and Empirical Review. *Psychological Bulletin*, 136(3), 351.
- Goleman, D. (2004). What makes a leader?. *Harvard Business Review*, 82(1), 82-91.
- Gonsiorek, J. C. (1988). Mental health issues of gay and lesbian adolescents. *Journal of Adolescent Health Care*, 9, 114–122.

- Gonsiorek, J. C. ve Rudolph, J. R. (1991). Homosexual identity: Coming out and other developmental events. In J.C. Gonsiorek ve J.D. Weinrich (Eds.), *Homosexuality: Research implications for public policy* (pp. 161–176). Newbury Park, CA: Sage.
- Göregenli, M. (2004). Gruplararası ilişki ideolojisi olarak homofobi. *Lezbiyen ve Geyelerin Sorunları Kaos GL Sempozyumu*, 23-24.
- Greene, D. C. ve Britton, P. J. (2015). Predicting Adult LGBTQ Happiness: Impact of Childhood Affirmation, Self-Compassion, and Personal Mastery. *Journal of LGBT Issues in Counseling*, 9(3), 158–179.
- Grossman, A. H., D'Augelli, A. R. ve Hershberger, S. L. (2000). Social support networks of lesbian, gay, and bisexual adults 60 years of age and older. *The Journals of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences*, 55(3), P171-P179.
- Güngör, D. (2000). Bağlanma stillerinin ve zihinsel modellerin kuşaklararası aktarımında anababalık stillerinin rolü. Ankara: A.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Hamilton, N. G. (1989). A critical review of object relations theory. *American Journal of Psychiatry*, 146(12), 1552-1560.
- Harris, L. E. (2012). *Personality Characteristics and Attitudes Towards Infidelity In Gay and Lesbian Individuals*. Adelphi University.
- Hazan, C. ve Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52.
- Herek, G. M., Gillis, J. R. ve Cogan, J. C. (2009). Internalized stigma among sexual minority adults: Insights from a social psychological perspective. *Journal of Counseling Psychology*, 56(1), 32–43.
- Herek, G., Cogan, J., Gillis, J. R. ve Glunt, E. (1997). Correlates of internalized homophobia in a community sample of lesbians and gay men. *Journal of the Gay and Lesbian Medical Association*, 2, 17-25.
- Hetrick, E. S. ve Martin, A. D. (1987). Developmental issues and their resolution for gay and lesbian adolescents. *Journal of Homosexuality*, 14(1–2), 25–43.
- Hofmann, S. G., Grossman, P. ve Hinton, D. E. (2011). Loving-kindness and compassion meditation: Potential for psychological interventions. *Clinical psychology review*,

31(7), 1126-1132.

- Igartua, K. J., Gill, K. ve Montoro, R. (2003). Internalized homophobia: A factor in depression, anxiety, and suicide in the gay and lesbian population. *Canadian Journal of Community Mental Health*, 22(2), 15-30.
- Irons, C., Gilbert, P., Baldwin, M. W., Baccus, J. R. ve Palmer, M. (2006). Parental recall, attachment relating and self-attacking/self-reassurance: their relationship with depression. *The British journal of clinical psychology / the British Psychological Society*, 45(Pt 3), 297–308.
- Isen, A. M. (2000). Some perspectives on positive affect and self-regulation. *Psychological Inquiry*, 11, 184–188.
- Iskender, M. (2009). The Relationship Between Self-Compassion, Self-Efficacy, and Control Belief about Learning in Turkish University Students. *Social Behavior and Personality: an international journal*, 37(5), 711–720.
- Johnson, E. A. ve O'Brien, K. A. (2013). Self-compassion soothes the savage ego-threat system: Effects on negative affect, shame, rumination, and depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 32, 939–963.
- Jones, E. ve Gallois, C. (1989). Spouses' impressions of rules for communication in public and private marital conflicts. *Journal of Marriage and the Family*, 51, 957–967
- Jones, J. A. (2011). Relationship Quality and Internalized Homophobia: The Mediating Effects of Depression and Social Support for Lesbian and Gay Couples. Alliant International University.
- Karasar, N. (2002). Bilimsel araştırma yöntemi. Ankara: Nobel Yaynevi.
- Kaufman, G. ve Raphael, L. (1996). Coming out of shame: Transforming gay and lesbian lives. New York: Doubleday.
- Kaysen, D. L., Kulesza, M., Balsam, K. F., Rhew, I. C., Blayney, J. A., Lehavot, K. ve Hughes, T. L. (2014). Coping as a mediator of internalized homophobia and psychological distress among young adult sexual minority women. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 1(3), 225–233.
- Keklik, İ. (2011). Üniversite Öğrencilerinin Bağlanma Stillerinin Cinsiyet, Kişisel Anlamlılık, Depresyona Yatkınlık ve Sürekli Kaygı Düzeyleriyle İlişkisi. *Eğitim ve Bilim*, 36 (159).
- Kelly, A. C. ve Dupasquier, J. (2016). Social safeness mediates the relationship between recalled parental warmth and the

- capacity for self-compassion and receiving compassion. *Personality and Individual Differences*, 89, 157–161.
- Keltner, D. ve Lerner, J. S. (2010). Emotion. In S. Fiske ve D. Gilbert (Eds.), *The handbook of social psychology* (5th ed.). WileyHoboken, NJ.
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö. ve Üstündağ, M. F. (2011). Attachment and psychopathology. *Psikiyatride Guncel Yaklasimlar-Current Approaches in Psychiatry*, 3(2), 321-342.
- Kippax, S., Crawford, J., Davis, M., Rodden, P. ve Dowsett, G. (1993). Sustaining safe sex: a longitudinal study of a sample of homosexual men. *Aids*, 7(2), 257-264.
- Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, evolution, and the psychology of religion*. Guilford Press.
- Köknel, Ö. (2000). Duygudurum Bozukluklarının Tarihçesi. *Duygudurum Dizisi*, 1, 5-1.
- Köroğlu, E. (1993). Depresif durumların kliniği. Depresyon Monoğrafları Serisi-1, Hekimler Yay., Ankara.
- Krieger, T., Altenstein, D., Baettig, I., Doerig, N. ve Holtforth, M. G. (2013). Self-compassion in depression: Associations with depressive symptoms, rumination, and avoidance in depressed outpatients. *Behavior therapy*, 44(3), 501-513.
- Kurdek, L. ve Schmitt, J. (1987). Perceived emotional support from family and friends in members of homosexual, married, and heterosexual cohabiting couples. *Journal of Homosexuality*, 14, 57-68.
- Lewis, H. B. (1987). *The role of shame in symptom formation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum and Associates,
- Lock, J. ve Steiner, H. (1999). Gay, Lesbian, and Bisexual Youth Risks for Emotional, Physical, and Social Problems: Results From a Community-Based Survey. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 38(3), 297–304.
- MacBeth, A. ve Gumley, A. (2012). Exploring compassion: A meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology Review*, 32(6), 545–552.
- Malyon, A. K. (1981–1982). Psychotherapeutic implications of internal- ized homophobia in gay men. *Journal of Homosexuality*, 7(2–3), 59–69



- McLaughlin, K. A., Hatzenbuehler, M. L., Xuan, Z. ve Conron, K. J. (2012). Disproportionate exposure to early-life adversity and sexual orientation disparities in psychiatric morbidity. *Child Abuse & Neglect*, 36, 645–655.
- Mendelson, G. (2003). Homosexuality and Psychiatric Nosology. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*; 37: 678–683.
- Mete, H. E. (2008). Kronik hastalık ve depresyon. *Klinik Psikiyatri*, 11, 3-18.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697
- Meyer, I. H. ve Dean, L. (1998). Internalized homophobia, intimacy, and sexual behavior among gay and bisexual men. In G. M. Herek (Ed.) *Stigma and sexual orientation: Understanding prejudice against lesbians, gay men, and bisexuals* (pp. 160–186). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Mikulincer, M. ve Shaver, P. R. (2007). Boosting attachment security to promote mental health, prosocial values, and inter-group tolerance. *Psychological Inquiry*, 18(3), 139-156.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R. ve Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamic development and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27, 77–102.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Gillath, O. ve Nitzberg, R. A. (2005). Attachment, caregiving, and altruism: boosting attachment security increases compassion and helping. *Journal of personality and social psychology*, 89(5), 817–839.
- Milic, J. H. ve Crowne, D. P. (1986). Recalled Parent—Child Relations and need for approval of homosexual and heterosexual men. *Archives of sexual behavior*, 15(3), 239-246.
- Mohr, J. J. ve Fassinger, R. E. (2003). Self-acceptance and self-disclosure of sexual orientation in lesbian, gay, and bisexual adults: An attachment perspective. *Journal of Counseling Psychology*, 50(4), 482–495.
- Moreira, H., Gouveia, M. J., Carona, C., Silva, N. ve Canavarro, M. C. (2014). Maternal Attachment and Children's Quality of Life: The Mediating Role of Self-compassion and Parenting Stress. *Journal of Child and Family Studies*, 2332–2344.
- Morris, J. F., Waldo, C. R. ve Rothblum, E. D. (2001). A model of

- predictors and outcomes of outness among lesbian and bisexual women. *American Journal of Orthopsychiatry*, 71, 61–71.
- Neff, K. D. (2003a). Development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2, 223–250.
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2, 85–102.
- Neff, K. D. ve McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and identity*, 9(3), 225-240.
- Neff, K. D. ve Pommier, E. (2013). The Relationship between Self-compassion and Other-focused Concern among College Undergraduates, Community Adults, and Practicing Meditators. *Self and Identity*, 12(2), 160–176.
- Neff, K. D., Hsieh, Y.-P. ve Dejitterat, K. (2005). Self-compassion, Achievement Goals, and Coping with Academic Failure. *Self and Identity*, 4(3), 263–287.
- Neff, K. D., Kirkpatrick, K. L. ve Rude, S. S. (2007). Self-compassion and adaptive psychological functioning. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 139–154.
- Neff, K. D., Pisitsungkagarn, K. ve Hsieh, Y.-P. (2008). Self-compassion and self-construal in the United States, Thailand, and Taiwan. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39(3), 267–285.
- Neff, K. ve McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225–240.
- Newcomb, M. E. ve Mustanski, B. (2010). Internalized homophobia and internalizing mental health problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30, 1019–1029.
- Nungesser, L. G. (1983). *Homosexual acts, actors, and identities*. New York: Praeger.
- Oei, T. P., Bullbeck, K. ve Campbell, J. M. (2006). Cognitive change process during group cognitive behaviour therapy for depression. *Journal of affective disorders*, 92(2), 231-241.
- Öveç, Ü. (2007). Öz duyarlık ile öz bilinç, depresyon, anksiyete ve stres arasındaki ilişkilerin yapısal eşitlik modeliyle incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler

Enstitüsü.

- Özmen, E. (1996). Depresyon: Genel bir gözden geçirme. *Depresyon Dergisi*, 1, 3-13.
- Öztürk, E. ve Kozacıoğlu, G. (1998). Erkek Eşcinsellerde (Homoseksüellerde) Anksiyete ve Depresyon Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Ankara: IX, Ulusal Psikoloji Kongresi Bilimsel Çalışmaları, *Türk Psikologlar Derneği Yayını*, 197.
- Öztürk, M. O. (2002) Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Ankara, Nobel Tıp Kitabevi, 292-428.
- Öztürk, P. ve Kındap, Y. (2011). Lezbiyenlerde İçselleştirilmiş Homofobi Ölçeğinin Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi. *Türk Psikoloji Yazıları*, 14 (28), 24-35.
- Patterson, R. J. ve Moran, G. (1988). Attachment theory, personality development, and psychotherapy. *Clinical Psychology Review*, 8, 611–636.
- Pauley, G. ve McPherson, S. (2010). Experience and meaning of this compassion and self-compassion for individuals with depression and anxiety. *Psychology and Psychotherapy*, 83, 129–143.
- Peplau, L. A., Cochran, S., Rook, K. ve Padesky, C. (1978). Loving women: Attachment and autonomy in lesbian relationships. *Journal of Social Issues*, 34(3), 7-27.
- Pepping, C. A., Davis, P. J., O'Donovan, A. ve Pal, J. (2015). Individual differences in self-compassion: The role of attachment and experiences of parenting in childhood. *Self and Identity*, 14(1), 104–117.
- Pielage, S., Gerlsma, C. ve Schaap, C. (2000). Insecure attachment as a risk factor for psychopathology: The role of stressful events. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 7(4), 296-302.
- Pinto-Gouveia, J., Duarte, C., Matos, M. ve Fráguas, S. (2014). The protective role of self-compassion in relation to psychopathology symptoms and quality of life in chronic and in cancer patients. *Clinical psychology & psychotherapy*, 21(4), 311-323.
- Raes, P. (2010). Rumination and worry as mediators of the relationship between self-compassion and depression and anxiety. *Personality and Individual Differences*, 48, 757–761.
- Raque-Bogdan, T. L., Ericson, S. K., Jackson, J., Martin, H. M. ve Bryan, N. A. (2011). Attachment and mental and physical health: Self-compassion and mattering as mediators. *Journal*

- Reilly, E. D., Rochlen, A. B. ve Awad, G. H. (2014). Men's self-compassion and self-esteem: The moderating roles of shame and masculine norm adherence. *Psychology of Men & Masculinity*, 15(1), 22–28.
- Ridge, S. R. ve Feeney, J. A. (1998). Relationship history and relationship attitudes in gay males and lesbians: Attachment style and gender differences. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 32(6), 848-859.
- Roll, T. (2014). Examining the Impact of Internalized Heterosexism on Psychological Distress Among Gay Men. (Intergovernmental Panel on Climate Change, Ed.). Ball State University, Muncie, Indiana.
- Romance, J. L. (1988). The impact of internalized homophobia on the satisfaction levels in gay male relationships. Dissertation Abstracts International, 48,12/A.
- Savaşır ve Şahin (1997). Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler, Türk Psikologlar derneği Yayınları, Ankara.
- Selçuk E, Günaydın G, Sümer N ve ark. (2005). Yetişkin bağlanma boyutları için yeni bir ölçüm: Yakın ilişkilerde yaşantılar envanteri-II'nin Türk örnekleminde psikometrik değerlendirilmesi. *Türk Psikoloji Yazıları* 8:1-11.
- Shaver, P. R., Schachner, D. A. ve Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 343-359.
- Sherry, A. (2007). Internalized homophobia and adult attachment: Implications for clinical practice. *Psychotherapy* (Chicago, Ill.), 44(2), 219–25.
- Shidlo, A. (1994). Internalized homophobia: Conceptual and empirical issues in measurement. Em B. Greene & G. M. Herek (Orgs.), *Lesbian and gay psychology: Theory, research, and clinical applications* (pp. 176-205). California: Sage
- Shorey, H. S. ve Snyder, C. R. (2006). The role of adult attachment styles in psychopathology and psychotherapy outcomes. *Review of general psychology*,10(1), 1.
- Siegelman, M. (1981). Parental backgrounds of homosexual and heterosexual men: A cross national replication. *Archives of*

*Sexual Behavior*, 10(6), 505-513.

- Simpson, J. A., Rholes, W. S., Campbell, L., Tran, S. ve Wilson, C. L. (2003). Adult attachment, the transition to parenthood, and depressive symptoms. *Journal of personality and social psychology*, 84(6), 1172.
- Sümer, N. (2002). Çocuklarda bağlanma ve duygusal gelişim. *Çocuk Çocuk Dergisi*, 3,12-14.
- Strodl, E. ve Noller, P. (2003). The relationship of adult attachment dimensions to depression and agoraphobia. *Personal Relationships*, 10(2), 171-186.
- Sümer, N. ve Güngör, D. (1999). Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerindeki etkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(44), 35-58.
- Sümer, N., Ünal, S., Selçuk, E., Kaya, B., Polat, R. ve Çekem, B. (2009). Bağlanma ve Psikopatoloji: Bağlanma Boyutlarının Depresyon, Panik Bozukluk ve Obsesif-Kompulsif Bozuklukla İlişkisi. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 38.
- Szymanski, D. M. ve Carr, E. R. (2008). The roles of gender role conflict and internalized heterosexism in gay and bisexual men's psychological distress: Testing two mediation models. *Psychology of Men & Masculinity*, 9, 40-54.
- Szymanski, D. M. ve Chung, Y. B. (2002). Internalized homophobia in lesbians. *Journal of Lesbian Studies*, 7(1), 115-125.
- Szymanski, D. M., Dunn, T. L. ve Ikizler, A. S. (2014). Multiple minority stressors and psychological distress among sexual minority women : The roles of rumination and maladaptive coping. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 1(4), 412-421.
- Szymanski, D., Chung, Y. ve Balsam, K. (2001). Psychosocial correlates of internalized homophobia in lesbians. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34, 27-38.
- Şenkal, I. (2013). Üniversite Öğrencilerinde Çocukluk Çağı Travmaları ve Bağlanma Biçiminin Depresyon ve Kaygı Belirtileri İle İlişkisinde Aleksitiminin Aracı Rolünün İncelenmesi. Hacettepe Üniversitesi.
- Şimşek, O. F. (2007). Yapısal Eşitlik Modellemesine Giriş. Ekinoks, Ankara.
- Terzi, Ş. & Cihangir. Ç. Z (2009). Bağlanma stillerinin öznel iyi olmayı ve stresle başa çıkma tutumlarını yordama gücü, *Türk*

- Thoits, P. A. (1985). Self-labeling processes in mental illness: The role of emotional deviance. *American Journal of Sociology*, 91, 221–249.
- Thompson, N. L., Schwartz, D. M., McCandless, B. R. ve Edwards, D. A. (1973). Parent-child relationships and sexual identity in male and female homosexuals and heterosexuals. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 41(1), 120.
- Thompson, R. A. (1999). Early attachment and later development. In: Cassidy, J. & Shaver, P. R. (eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 265–286). New York: Guilford Press.
- Troiden, R. R. (1989). The formation of homosexual identities. *Journal of Homosexuality*, 17, 43–73
- Ünal, S. ve Özcan, E. (2000). Depresyonda hazırlayıcı, ortaya çıkarıcı ve koruyucu etkenler. *sAnadolu Psikiyatri Dergisi*, 1(1), 41-48.
- Wei, M., Liao, K. Y. H., Ku, T. Y. ve Shaffer, P. A. (2011). Attachment, Self-Compassion, Empathy, and Subjective Well-Being Among College Students and Community Adults. *Journal of Personality*, 79(1), 191–221.
- Wei, M., Liao, K. Y. H., Ku, T. Y. ve Shaffer, P. A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of personality*, 79(1), 191-221.
- Weinburg, G. (1972). *Society and the healthy homosexual*. New York, St. Martin's Press.
- Weiss, R. S. (1982). Attachment in adults. In C. M. Parkes & J. Stevenson-Hinde (Eds.), *The place of attachment in human behavior* (pp. 171-194). New York Basic Books
- Wells, G. B. ve Hansen, N. D. (2003). Lesbian shame: Its relationship to identity integration and attachment. *Journal of Homosexuality*, 45(1), 93-110.
- West, M., Rose, M. S. ve Sheldon-Keller, A. (1994). Assessment of patterns of insecure attachment in adults and application to dependent and schizoid personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 8(3), 249-256.
- Williams, J. L. (2013). *Examining the Moderating Effects of Adolescent Self-Compassion on the Relationship Between Social Rank and Depression*. University of Alberta.

- Williamson, I. R. (2000). Internalized homophobia and health issues affecting lesbians and gay men. *Health Education Research*, 15, 97-107.
- Yalçınoğlu, N. ve Önal, A. E. (2014). Eşcinsel ve biseksüel erkeklerin içselleştirilmiş homofobi düzeyi ve sağlık üzerine etkileri/The internalized homophobia level of the homosexual and bisexual men and its effect on the health. *Turkish Journal of Public Health*, 12(2), 100-112.
- Yarnell, L. M. ve Neff, K. D. (2013). Self-compassion, Interpersonal Conflict Resolutions, and Well-being. *Self and Identity*, 12(2), 146–159.
- Yarnell, L. M., Stafford, R. E., Neff, K. D., Reilly, E. D., Knox, M. C. ve Mullarkey, M. (2015). Meta-Analysis of Gender Differences in Self-Compassion. *Self and Identity*, 14(5), 499–520.
- Yetkin, N. (2009) “Psikiyatrinin Homofobisi.” Anti-Homofobi Kitabı. Ankara: Kaos GL. 79-83.
- Yıldız, Y. (2012). İlişkiye ilişkin inançların evlilik uyumunu yordaması. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bilimi Dalı, Muğla
- Ziyalar, A. (2006). “Erişkin Psikopatolojisi”, İstanbul: Yüce Yayın Dağıtım.

## **Ek -1 Yönerge**

Değerli Katılımcı;

Bu çalışma ile LGB bireylerde bağlanma stilleri ile ruh sağlığı arasındaki potansiyel düzenleyiciler incelenmektedir. Bu çalışmanın nihai hedefi; toplumda ve sağlık çalışanlarında bu konuda duyarlılık oluşturmaktır.

Dolduracağınız ölçeklerin tamamı uluslararası standartlarda, güvenilirliği ve geçerliliği ispatlanmış ölçeklerdir.

Bu ölçeklerin amacı size herhangi bir psikolojik tanı koymak değildir.

Bu çalışmaya katılıp katılmamakta serbestsiniz. Katılsanız bile istediğiniz zaman sorulara yanıt vermekten vazgeçebilir veya verdiğiniz yanıtların araştırma kapsamından çıkarılmasını talep edebilirsiniz. Kimlik bilgileriniz kesinlikle gizli tutulacaktır.

Cevaplamalarınız sırasında İsminiz ve kişisel bilgileriniz sizden talep edilmeyecek, ölçekler doldurulduktan sonra test kayıtları herhangi bir ortamda yayınlanmayacak, üçüncü şahıslar ile paylaşılmayacak, yukarıda bahsi geçen doktora çalışmasında istatistiksel olarak değerlendirilecektir.

**Katılımınız ve desteğiniz için teşekkür ederiz.**

Zeynep SET

Uzman Klinik Psikolog



## Ek- 2 Demografik Bilgi Formu

**Aşağıdaki soruların bazıları noktalı boş alanlara yazarak, bazıları çoktan seçmeli sorular için bir şıkkı işaretliyerek cevaplandırılmalıdır. Lütfen boş bırakmayınız.**

1. Yaşınız; .....
2. Biyolojik Cinsiyetiniz;
  - Kadın ( )
  - Erkek ( )
3. Cinsel Yöneliminiz;
  - Lezbiyen ( )
  - Gey ( )
  - Biseksüel ( )
4. Eğitim Düzeyiniz:
5. Kaç kardeşiniz? .....
6. Ailede kaçınıcı çocuksunuz? .....
7. Anne;
  - Sağ ( )
  - Ölü ( )
8. Baba;
  - Sağ ( )
  - Ölü ( )
9. Annenizin eğitim durumu:
10. Babanızın eğitim durumu:
11. Sizin mesleğiniz (Öğrenci iseniz belirtiniz):.....
12. Annenizin mesleği:.....
13. Babanızın mesleği:.....
14. Çalışma durumunuz:
  - Çalışıyorum ( )
  - Çalışmıyorum ( )
15. Sizin aylık toplam geliriniz:
16. Medeni durumunuz:
  - Bekar ( ) Evli ( ) Dul/ Boşanmış ( ) Ayrı yaşıyor ( )
17. Kiminle yaşıyorsunuz?

Yalnız( ) Aile ( ) Arkadaş ( ) Sevgili ( )  
Diğer (Belirtiniz).....

18. Yaşadığınız şehir: .....

19. Kaç yıldır bu şehirde yaşıyorsunuz?

Doğduğumdan beri ( ) 1-5 yıl ( ) 6-10 yıl ( )  
11-15 yıl ( ) 16 yıl ve üzeri ( )

20. Cinsel yöneliminizi ilk kez kime açıkladınız?

Anne ( ) Baba ( ) Kardeş ( ) Arkadaş ( )  
Öğretmen ( ) Yakın akraba ( ) Hiç açıklamadım ( ) Diğer.....

21. Cinsel yöneliminizi başkasına açıkladığınızda kaç yaşındaydınız?.....

22. Aile çevrenizde LGBT bireyi var mı?

- Evet ( )
- Hayır ( )

23. Şu anda duygusal birliktelik yaşadığınız partneriniz var mı?

- Evet ( )
- Hayır ( )

### Ek -3 Bağlanma Ölçeği

Aşağıda kendinize ilişkin birtakım ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadelerin doğru ya da yanlış yanıtının olması söz konusu değildir. Bu araştırma açısından önemli olan, her bir ifadenin sizin geręekten düşündüklerinizi ya da hissettiklerinizi ne derece yansıttığıdır. Lütfen her bir ifadeyi dikkatle okuduktan sonra bu ifadelerin sizin kendinize ilişkin algılarınızı ne kadar yansıttığını aşağıdaki derecelendirmeyi dikkate alarak belirtiniz.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

Hiç Kararsızım Tamamen  
Katılmıyorum Fikrim yok Katılıyorum

	1	2	3	4	5	6	7
1. Birlikte olduğum kişinin sevgisini kaybetmekten korkarım.							
3. Sıklıkla, birlikte olduğum kişinin artık benimle olmak istemeyeceği korkusuna kapılırım.							
4. Özel duygu ve düşüncelerimi birlikte olduğum kişiyle paylaşmak konusunda kendimi rahat hissedirim.							
13. Benden uzakta olduğunda, birlikte olduğum kişinin başka birine ilgi duyabileceği korkusuna kapılırım.							
14. Romantik ilişkide olduğum kişi benimle çok yakın olmak istediğinde rahatsızlık duyarım. .							
15. Romantik ilişkide olduğum kişilere duygularımı gösterdiğimde, onların benim için aynı şeyleri hissetmeyeceğinden korkarım.							
16. Birlikte olduğum kişiyle kolayca yakınlaşabilirim.							
17. Birlikte olduğum kişinin beni terk edeceğinden pek endişe duymam.							
18. Birlikte olduğum kişiyle yakınlaşmak bana zor gelmez.							
34. Birlikte olduğum kişiye şefkat göstermek benim için kolaydır.							
35. Birlikte olduğum kişi beni sadece kızgın olduğumda fark eder.							
36. Birlikte olduğum kişi beni ve ihtiyağlarımı geręekten anlar.							

## Ek- 4 Öz Anlayış Ölçeği

Cevaplamadan önce her bir ifadeyi dikkatle okuyunuz. Her bir maddenin sağında takipeden ölçeği kullanarak, belirtilen durumda ne kadar sıklıkla hareket ettiğinizi belirtiniz.					
	Hemen Hemen Hiçbir Zaman	Nadiren	Ara sıra	Çoğu Zaman	Hemen Hemen Her Zaman
	1	2	3	4	5
1. Kendimi kötü hissettiğimde, kötü olan her şey takılma eğilimim vardır.					
2. İler benim için kötü gittiğinde zorlukların yaşamın bir parçası olduğunu ve herkesin bu zorlukları yaşadığını görebilirim.					
3. Yetersizliklerimi düşünmek kendimi daha yalnız ve dünyadan kopuk hissetmeme neden olur.					
4. Duygusal olarak acı yaşadığım durumlarda kendime sevgiyle yaklaşmaya çalışırım.					
14. Başarısızlıklarımı insan olmanın bir parçası olarak görmeye çalışırım.					
19. Bir şey beni üzdüğünde, duygusal olarak bunu abartırım.					
20. Acı çektiğim durumlarda kendime karşı bir parça daha soğukkanlı olabilirim.					
21. Kendi kusur ve yetersizliklerime karşı hoşgörülüyümdür.					
22. Acı veren bir şey olduğunda, olayı büyütme eğilimim vardır.					
23. Benim için önemli bir şeyde başarısız olduğumda, başarısızlığın yalnız benim basıma geldiği duygusunu hissetme eğiliminde olurum.					
24. Kişiliğimin sevmediğim yönlerine karşı anlayışlı ve sabırlı olmaya çalışırım.					

### Ek -5 İcseleştirilmiş Homofobi Ölçeği (Erkekler İçin)

Aşağıda dokuz cümle ve her birinde cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 5'e kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede verilen bilginin sizin için ne kadar doğru olduğunu belirtmek için cümlenin yanındaki rakamlardan yalnız bir tanesini dikkate alınız.

- 1= Kesinlikle katılmıyorum  
2= Katılmıyorum  
3= Kararsızım  
4= Katılıyorum  
5= Kesinlikle katılıyorum

	<b>Kesinlikle katılmıyorum</b>	<b>Katılmıyorum</b>	<b>Kararsızım</b>	<b>Katılıyorum</b>	<b>kesinlikle katılıyorum</b>
	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
1. Diğer eşcinsel / biseksüel erkeklerle kişisel ya da toplumsal beraberliklerden mümkün olduğunca kaçınıyorum					
6. Keşke kadınlara daha fazla cinsel ilgi duyabilseydim.					
7. Eşcinsel olmamın benim için kişisel bir eksiklik olduğunu düşünüyorum.					
8. Cinsel yönelimimi eşcinselden heteroseksüele değiştirebilmek için bir uzmandan yardım almayı isterdim					
9. Kadınsı olan erkek eşcinsellerle ilişki kurmaktan ve birlikte görünmekten kaçınıyorum					
10. Kadınlara daha fazla cinsel ilgi duymak için çaba sarf ediyorum.					

## Ek -6 İcseleştirilmiş Homofobi Ölçeği (Kadınlar İçin)

Aşağıda dokuz cümle ve her birinde cevaplarınızı işaretlemeniz için 1'den 7'ye kadar rakamlar verilmiştir. Her cümlede verilen bilginin sizin için ne kadar doğru olduğunu belirtmek için cümlenin yanındaki alanlardan yalnız bir tanesini işaretleyiniz.

1.....2.....3.....4.....5.....6.....7

Hiç

Kararsızım

Tamamen

Katılmıyorum

Fikrim yok

Katılıyorum

Maddeler	1	2	3	4	5	6	7
1. Arkadaşlarımın çoğu lezbiyen ya da biseksüel kadınlardır.							
2. Lezbiyen/biseksüel olduğuma dair ipucu vermemeye çalışırım.							
6. Kadınlardan hoşlandığım için kendimden nefret ediyorum.							
7. Kadın eşcinselliğinin günah olduğuna inanıyorum.							
22. Lezbiyen/gey/biseksüel topluluğunun bir parçası olmak benim için önemlidir.							
43. Ailemle lezbiyenliği/biseksüelliğimi tartışmak konusunda kendimi rahat hissedirim							
44. "Çok erkeksi" görünen ya da "fazla açık" lezbiyenlerle toplum içinde görünmekten hoşlanmam;çünkü diğerleri bu nedenle lezbiyen olduğumu düşünecektir.							
45. Heteroseksüel bir arkadaşım ya da tanıdığım bana homofobik ya da heteroseksist bir ifade kullanırsa sesimi çıkaramam.							
46. Lezbiyen müzik festivallerine ve konferanslarına aşinayım.							
49. Lezbiyenler aşırı saldırgandır.							
50. Diğer lezbiyenler/biseksüel kadınlar hakkında sık sık olumsuz yorumlaryaparım.							
52. Lezbiyenlere/biseksüel kadınlara yönelik kaynaklara aşinayım (örn., kitabevleri, destek grupları,barlar, vb.).							

## Ek -7 Beck Depresyon Ölçeği

Bu form son bir (1) hafta içerisinde kendinizi nasıl hissettiğinizi araştırmaya yönelik 21 maddeden oluşmaktadır. Her maddenin karşısındaki dört cevabı dikkatlice okuduktan sonra, size en çok uyan, yani sizin durumunuzu en iyi anlatanı işaretlemeniz gerekmektedir.

- 1)** ( ) Üzgün ve sıkıntılı değilim.  
( ) Kendimi üzüntülü ve sıkıntılı hissediyorum.  
( ) Hep üzüntülü ve sıkıntılıyım. Bundan kurtulamıyorum.  
( ) O kadar üzgün ve sıkıntılıyım ki, artık dayanamıyorum.
- 3)** ( ) Kendimi başarısız biri olarak görmüyorum.  
( ) Başkalarından daha başarısız olduğumu hissediyorum.  
( ) Geçmişe baktığımda başarısızlıklarla dolu olduğunu görüyorum.  
( ) Kendimi tümüyle başarısız bir insan olarak görüyorum.
- 5)** ( ) Kendimi herhangi bir biçimde suçlu hissetmiyorum.  
( ) Kendimi zaman zaman suçlu hissediyorum.  
( ) Çoğu zaman kendimi suçlu hissediyorum.  
( ) Kendimi her zaman suçlu hissediyorum.
- 9)** ( ) İçimden ağlamak geldiği pek olmuyor.  
( ) Zaman zaman içimden ağlamak geliyor.  
( ) Çoğu zaman ağlıyorum.  
( ) Eskiden ağlayabilirdim ama şimdi istesem de ağlayamıyorum.
- 14)** ( ) Eskisi kadar iyi iş gücü yapabiliyorum.  
( ) Her zaman yaptığım işler şimdi gözümde büyüyor.  
( ) Ufacık bir işi bile kendimi çok zorlayarak yapabiliyorum.  
( ) Artık hiçbir iş yapamıyorum.
- 18)** ( ) Son zamanlarda zayıflamadım.  
( ) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 2 Kg verdim.  
( ) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 4 Kg verdim.  
( ) Zayıflamaya çalışmadığım halde en az 6 Kg verdim.
- 21)** ( ) Cezalandırılması gereken şeyler yaptığımı sanmıyorum.  
( ) Yaptıklarımın dolaylı cezalandırılabilirliğini düşünüyorum.  
( ) Cezamı çekmeyi bekliyorum.  
( ) Sanki cezamı bulmuşum gibi geliyor.